Закуски из овощей.

МАОУ «Технический лицей»

Предмет «Основы кулинарии»

11 класс

Сыктывкар

2021г

© Фоминых Лидия Петровна

- К закускам из овощей относятся: помидоры, фаршированные, баклажаны, тушёные с помидорами, икра баклажанная и кабачковая, икра грибная, кабачки и перец фаршированные овощами и другие закуски.

© Фоминых Лидия Петровна

Четкого разграничения между холодным блюдом и холодной закуской нет. Одно и то же кулинарное изделие может быть холодным блюдом или холодной закуской. Как правило, закуска по объему и весу меньше холодного блюда.

Холодные блюда обычно подают в начале приема пищи. В этом случае их называют закусками, они дополняют состав основных блюд, украшают стол, утоляют голод, возбуждают аппетит и дополняют пищевую ценность рационов.

© Фомина Лидия Петровна

Овощные и грибные блюда и закуски

- **Для приготовления холодных блюд и закусок из овощей и грибов используют свежие, вареные, соленые и маринованные овощи, грибы и зелень.**

Икра баклажанная.

У баклажанов удаляют плодоножку, затем запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, разрезают вдоль, снимают кожицу, мякоть мелко рубят. Репчатый мелкорубленый лук слегка пассеруют с растительным маслом, добавляют томатное пюре, баклажаны и уваривают, периодически помешивая, до загустения. Заправляют икру чесноком, растертым с солью, уксусом и перцем. При отпуске посыпают мелко нарезанным зеленым луком. Икру можно готовить и без чеснока.

© Фомина Лидия Петровна

Икра овощная

- Обработанные баклажаны и кабачки запекают в жарочном шкафу. У баклажанов снимают кожицу. Кабачки и баклажаны мелко рубят или протирают. Лук репчатый мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют до готовности.
- Перед окончанием пассерования добавляют томатное пюре. Свежую капусту мелко рубят и тушат до мягкости. Подготовленные овощи смешивают, тушат при постоянном помешивании до загустения и охлаждают. Готовую икру заправляют уксусом, солью, молотым перцем и хорошо вымешивают. Если свежая капуста горчит, её следует перед тушением ошпарить. При отпуске икру посыпают мелкорубленой зеленью.

© Фомина Лидия Петровна

© Фотоцена Лидия Петрова

Помидоры, фаршированные мясным салатом

Для получения салата говядину, овощи, яйца нарезают мелкими ломтиками или кубиками и заправляют майонезом с добавлением соуса «Южный».

Подготовленные для фарширования помидоры заполняют салатом, сверху украшают яйцом и посыпают мелко нарезанной зеленью. Так же фаршируют помидоры рыбным салатом, яйцом и луком, грибами и т. д.

© Фоминых Людмила Петровна

© Фотина Людмила Петровна

© Фотоцикл Людмила Петрова

Вопросы для повторения.

1. Перечислите ассортимент закусок из овощей.
2. Чем отличаются холодные блюда от закусок?
3. В чём заключается технология приготовления фаршированных помидоров?
4. В чём заключается технология приготовления перца фаршированного?
5. В чём заключается технология приготовления закусок на основе кабачков и баклажан?

© Фомина Лидия Петровна