

ПРИГОТОВЛЕНИЕ
И ПОДГОТОВКА К РЕАЛИЗАЦИИ
ГОРЯЧИХ СОУСОВ
РАЗНООБРАЗНОГО АССОРТИМЕНТА

Презентация №7

Классификация, ассортимент горячих соусов их значение в питании

На предприятиях общественного питания при изготовлении и подаче блюд используют широкий ассортимент соусов как собственного производства, так и выпускаемых пищевой промышленностью. Их подают к блюдам при отпуске, с ними тушат мясо, рыбу, овощи, запекают различные продукты, ими заправляют гарниры, супы, горячие и холодные блюда, закуски, десерты. Соусы делают еду более разнообразной и привлекательной по вкусовым ощущениям, аромату, консистенции, внешнему виду. Они призваны исправить, улучшить и облагородить вкус основного продукта.

Вкусоароматические и цветовые особенности соусов возбуждают аппетит и тем самым способствуют лучшему перевариванию и усвоению пищи. Разнообразие вкуса и аромата достигается широким использованием в процессе приготовления соусов пряностей (мускатного ореха, лаврового листа, перца душистого, корицы, гвоздики, имбиря, ванилина и др.), приправ (уксуса, горчицы, лимонной кислоты, соли), ароматических кореньев (моркови, петрушки, сельдерея), пряных и луковых овощей (лука репчатого, чеснока, укропа, петрушки, эстрагона и др.), вина (белого, красного).

В современной кулинарии ассортимент соусов очень широк. По температуре подачи они бывают горячие и холодные. Горячие соусы подают к горячим блюдам, а холодные — как к холодным, так и к горячим. По цвету соусы подразделяют на красные и белые. По жидкой основе различают соусы на бульонах (костном, мясокостном, рыбном, грибном), сметане, молоке, растопленном сливочном масле, растительном масле и уксусе (главным образом холодные соусы). Особые группы составляют масляные смеси, сладкие соусы. В диетическом питании соусы приготавливают на воде, овощных и крупяных отварах.

По содержанию загустителей все соусы можно разделить на две группы: с загустителями и без загустителей. В качестве загустителей в современной отечественной кухне используют в основном пассерованную муку, крахмал, в том числе модифицированный. Во французской кухне для загущения соусов широко применяют метод сильного выпаривания основ (бульона, сливок). В последнее время в мировой практике для придания соусам необходимой консистенции и устойчивости при хранении используют овощные и фруктово-ягодные пюре. Высокой эмульгирующей и стабилизирующей способностью обладают пюре из моркови, свеклы, белокочанной капусты, красной смородины.

По консистенции соусы подразделяют на жидкие (для подачи к блюдам и тушения блюд), средней густоты (для запекания и добавления в овощные блюда и фарши), густые (для фарширования и добавления в качестве связующей основы в некоторые блюда).

По технологии приготовления различают соусы основные и производные (разновидности основного с добавлением в него различных продуктов, изменяющих вкус, цвет, аромат и т. д.).

Хорошо приготовленный и правильно подобранный к основному продукту и гарниру соус делает блюдо более привлекательным, ароматным и сочным.

Принципы подбора соусов к блюдам.

1. К горячим блюдам подают горячие соусы, к холодным — холодные (исключение: соус «Майонез» подают к горячим блюдам «рыба в тесте», «рыба фри»).

2. Низкокалорийные блюда требуют высококалорийных соусов (треска отварная — соус польский, капуста цветная отварная — соус голландский).

3. К блюдам из жирных продуктов подают острые соусы (свинина жареная — соус луковый с горчицей).

4. К блюдам с нежным вкусом — нежные соусы (куры отварные — соус белый с яйцом).

5. К блюдам с невыраженным вкусом — соусы, подчеркивающие их вкус (язык отварной — соус сметанный с хреном).

6. К жареным мясным и рыбным блюдам — красные и томатные соусы (филе в соусе мадера, рыба жареная — соус томатный).

7. К блюдам из рыбы жареной можно подавать соусы красные на мясном бульоне (рыба жареная — соус красный основной).

8. Блюда из мяса, жаренного порционным панированным куском, подают без соуса, поливая жиром (ромштекс, шницель отбивной и т. д.).

3.2.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ И ПОДГОТОВКА К РЕАЛИЗАЦИИ СОУСОВ НА МУКЕ

3.2.1. Приготовление отдельных компонентов для соусов и соусных полуфабрикатов

Сырье, используемое для приготовления соусов

Для соусов используют разнообразное сырье: муку пшеничную высшего и 1-го сортов, кости, корнеплоды, репчатый лук, томатное пюре, соленые и маринованные огурцы, кулинарные жиры, сливочное и растительное масло, уксус, лимонную кислоту, специи, пряности, вино и др.

Уксус лучше использовать винный или фруктовый. Вино пригодно только натуральное виноградное (красное и белое, сухое и полусухое). Прежде чем ввести в соус, вино необходимо подготовить. Для этого его наливают в хорошо разогретый сотейник и доводят до кипения, чтобы винный спирт улетучился и остались компоненты, придающие соусам специфический привкус и аромат.

Вкус и аромат соусам придают также разнообразные специи, пряности и приправы. Большинство пряностей кладут в соус за 10... 15 мин до готовности, лавровый лист — за 5 мин, а молотый перец — в готовый соус.

Приготовление полуфабрикатов для соусов

Полуфабрикатами для многих соусов служат мучная пассеровка, бульоны, пассерованные овощи и томатное пюре.

Пассерование муки. Муку добавляют к соусам для придания им определенной консистенции. Мука в сыром виде сообщает соусам клейкость и мучнистый вкус, поэтому ее пассеруют. Пассерование муки приводит к частичной (при 120 °С) или практически полной (при 150 °С) денатурации белков. Они теряют способность к набуханию и, соединяясь с бульоном (водой), не образуют клейковину.

Пассерование также сопровождается декстринизацией крахмала, в ходе которой крахмальные зерна частично разрушаются и утрачивают способность к клейстеризации. Поэтому соусы получаются эластичными, неклеякими, с приятным ароматом.

В качестве загустителя соусов на бульонах, сметане, молоке вместо муки можно использовать модифицированный (видоизмененный) кукурузный крахмал. Для приготовления 1 л жидкого соуса без гарнира, используемого для поливки блюд, требуется 25 ... 50 г муки или 25 г модифицированного крахмала.

Свойства, приобретенные мукой и крахмалом при пассеровании, сохраняются примерно 20 мин, поэтому соусы не следует кипятить длительное время.

Пассеровать муку можно с жиром (жировая) и без него (сухая). В зависимости от цвета различают красную и белую пассеровку.

Пассеровку, которую готовят без нагревания, называют холодной пассеровкой. Для соусов используют пшеничную муку не ниже 1-го сорта.

В качестве загустителя соусов на бульонах, сметане, молоке вместо муки можно использовать модифицированный (видоизмененный) кукурузный крахмал. Для приготовления 1 л жидкого соуса без гарнира, используемого для поливки блюд, требуется 25 ... 50 г муки или 25 г модифицированного крахмала.

Свойства, приобретенные мукой и крахмалом при пассеровании, сохраняются примерно 20 мин, поэтому соусы не следует кипятить длительное время.

Пассеровать муку можно с жиром (жировая) и без него (сухая). В зависимости от цвета различают красную и белую пассеровку.

Пассеровку, которую готовят без нагревания, называют холодной пассеровкой. Для соусов используют пшеничную муку не ниже 1-го сорта.

Красная пассеровка приготавливается двумя способами: с жиром и без жира. Для получения красной сухой пассеровки муку просеивают, насыпают на противень или сковороду слоем 3...5 см и нагревают при температуре 150 °С при непрерывном помешивании до красновато-коричневого цвета. Спассерованная мука легко рассыпается и имеет запах каленого ореха. Муку нагревают на поверхности плиты или в жарочном шкафу. Помешивают муку деревянной веселкой. Красную сухую пассеровку используют для приготовления красных соусов.

Для приготовления большого количества сухой пассеровки муку смешивают с солью (до 20 % от массы муки) и нагревают, помешивая. Соль препятствует образованию комков при разведении пассеровки бульоном. Сухую пассеровку разводят небольшим количеством бульона, охлажденного до 50 °С во избежание преждевременной клейстеризации крахмала и образования комков.

Для красной жировой пассеровки в посуде с толстым дном растапливают жир и вводят муку. Пассеруют ее при той же температуре до появления коричневого цвета. Готовый маслянистый комок пассеровки должен рассыпаться. Красная жировая пассеровка используется для красных соусов, но приготавливается реже, чем сухая.

Белая пассеровка также готовится с жиром и без жира. Для приготовления белой жировой пассеровки в посуде при температуре до 120 °С растапливают сливочное масло (для удаления влаги из жира, иначе крахмал муки клейстеризуется с образованием комков), всыпают, непрерывно помешивая, муку, пассеруют без изменения цвета до кремового оттенка и исчезновения запаха сырой муки. Жир обеспечивает равномерный прогрев муки и при последующем разведении бульоном препятствует образованию комков. Жировую пассеровку обычно разводят горячим бульоном.

Иногда белую мучную пассеровку приготавливают сухой, без жира. Ее готовят так же, как красную сухую пассеровку, но поджаривают муку до светло-желтого цвета. Спассерованная мука должна хорошо рассыпаться. Сухая пассеровка может храниться в охлажденном виде 24 ч. Жировые пассеровки не хранят, а приготавливают по мере необходимости. Белую мучную пассеровку используют для приготовления белых соусов и их производных, молочных и сметанных соусов.

Для быстрого приготовления соусов используют **холодную пассеровку**: просеянную муку перемешивают с кусочками сливочного масла до образования однородного по консистенции маслянистого комка. Пассеровку готовят в небольшом количестве (порционно).

Пассерование овощей. Жир (12 ... 15 % от массы овощей) разогревают до 120 ... 130 °С, кладут лук, пассеруют 3 ... 4 мин, добавляют морковь и пассеруют еще 5 ... 6 мин, затем добавляют петрушку и сельдерей и пассеруют все вместе 5 ... 6 мин. Общее время пассерования — около 15 мин. Слой овощей должен быть не более 5 см.

Пассерование томата. Жир (5 ... 10 % от массы томата) разогревают до 120 °С, кладут протертый томат и пассеруют 30 ... 40 мин. При изготовлении небольшого количества соусов томатное пюре можно добавлять к овощам в конце их пассерования.

В рецептуру мясных красных соусов входят морковь, сельдерей, петрушка, лук репчатый, а в рецептуру белых мясных и рыбных соусов — лук и белые корни. При изготовлении большого количества соусов лук, морковь, томатное пюре пассеруют по отдельности.

Бульоны. Жидкой основой соусов являются бульоны. Мясо-костные бульоны варят двух видов. **Белый бульон** приготавливают из мясных и куриных костей так же, как и для супов, но более концентрированным (1,5 л воды на 1 кг костей). **Коричневый бульон** приготавливают из обжаренных до коричневого цвета пищевых костей и используют для получения красных соусов. Обработанные кости в течение 1 ... 1,5 ч обжаривают на противне в жарочном шкафу при температуре 160 ... 170 °С до золотистого цвета. Обжаренные кости закладывают в котел, заливают горячей водой и варят 5 ... 10 ч при слабом кипении. В процессе варки с поверхности снимают жир и пену. За час до окончания варки в бульон добавляют морковь, лук, корни петрушки и сельдерея, которые можно предварительно подпечь или обжарить вместе с костями.

Для увеличения содержания экстрактивных веществ и улучшения вкуса и запаха рекомендуется добавлять в бульон во время варки кусочки обжаренного мяса или мясной сок, полученный после жарки мясных продуктов. Готовый бульон процеживают.

Для получения коричневого концентрированного бульона — **фюме** — сваренный бульон выпаривают (в посуде при открытой крышке) до $1/5 \dots 1/7$ от первоначального объема. В охлажденном виде фюме представляет собой студнеобразную массу коричневого цвета, его добавляют в соусы для улучшения их вкуса. Он хорошо сохраняется при $4 \dots 6 \text{ }^\circ\text{C}$ в течение $5 \dots 6$ суток. Если концентрат развести в $5 \text{—} 7$ -кратном количестве воды, то получится обычный коричневый бульон.

Рыбный бульон приготавливают из рыбных пищевых отходов обычным способом, но делают его более концентрированным (до $2,5$ л воды на 1 кг рыбных продуктов).

Для приготовления соусов также используют бульоны, полученные при варке или припускании мяса, птицы и рыбы.

Чтобы приготовить **мясной сочок**, выпаривают оставшийся после жарки мяса или птицы сок, жир сливают, разводят горячей водой или бульоном, кипятят $2 \dots 3$ мин и процеживают. Используют для улучшения вкуса красных соусов и для поливки жареных мясных блюд.

3.2.2. Приготовление соуса красного и его производных

Соус красный основной. Приготовление красного соуса состоит: из приготовления коричневого бульона, мучной пассеровки, пассерования овощей с томатом; соединения подготовленных компонентов и варки соуса; введения в соус вкусовых и ароматических продуктов — заправки соуса; процеживания.

Из обжаренных костей варят коричневый бульон и процеживают его. Морковь, лук, петрушку мелко нарезают и пассеруют на жире 5 ... 10 мин, затем вводят томатное пюре и пассеруют вместе еще 10 ... 15 мин. Приготавливают красную сухую пассеровку, охлаждают ее до 70 ... 80 °С и соединяют с частью бульона (соотношение 1 : 4), помешивая до образования однородной массы. Если красный соус приготавливают на жировой пассеровке, то ее разводят горячим бульоном до нужной густоты.

Коричневый бульон (оставшуюся часть) доводят до кипения и вливают в него разведенную пассеровку, закладывают пассерованные с томатным пюре овощи и варят соус в течение 1 ч при слабом кипении. При варке соус становится вязким, так как происходит процесс клейстеризации крахмала, содержащегося в муке.

За 10...15 мин до конца варки в соус добавляют соль, сахар, лавровый лист, молотый перец. Для улучшения вкуса можно добавить немного соуса «Южный» и мясного сока. Затем красный соус процеживают через сито и протирают разваренные овощи, вновь доводят до кипения для стерилизации и увеличения срока хранения.

Красный основной соус используется для подачи к жареным мясным котлетам, рулету, зразам, сосискам, субпродуктам, блюдам из картофельной массы. На его основе приготавливают производные соусы.

Если красный соус подают к блюдам, то в него кладут кусочки маргарина и перемешивают (заправляют). Чтобы при хранении соуса не образовалась пленка, на его поверхность кладут небольшие кусочки маргарина массой 70, 50, 30 г (защипывают).

Соус красный основной из соусной пасты. Соусную пасту красного соуса разводят небольшим количеством коричневого бульона (25...30% от массы соусной пасты), перемешивают до образования однородной массы, затем соединяют с остальным количеством бульона и варят при слабом кипении 20 мин. Соус процеживают, протирают коренья и доводят до кипения.

Соус луковый (миронтон). Приготавливают красный основной соус. Репчатый лук нарезают тонкой соломкой и пассеруют до готовности, но не подрумянивая. Затем добавляют уксус, лавровый лист, перец горошком и проваривают 5...7 мин для удаления из него влаги и ароматизации. Из лука удаляют специи и соединяют его с готовым красным соусом, после чего варят еще 10...15 мин. Соус заправляют солью, сахаром, маргарином. Подают к мясным

Соус красный основной из соусной пасты. Соусную пасту красного соуса разводят небольшим количеством коричневого бульона (25...30% от массы соусной пасты), перемешивают до образования однородной массы, затем соединяют с остальным количеством бульона и варят при слабом кипении 20 мин. Соус процеживают, протирают коренья и доводят до кипения.

Соус луковый (миронтон). Приготавливают красный основной соус. Репчатый лук нарезают тонкой соломкой и пассеруют до готовности, но не подрумянивая. Затем добавляют уксус, лавровый лист, перец горошком и проваривают 5...7 мин для удаления из него влаги и ароматизации. Из лука удаляют специи и соединяют его с готовым красным соусом, после чего варят еще 10...15 мин. Соус заправляют солью, сахаром, маргарином. Подают к мясным

Соус красный с луком и огурцами (пикантный). Приготавливают красный основной соус. Репчатый лук мелко рубят, пассеруют и проваривают с уксусом, лавровым листом и перцем горошком. Маринованные корнишоны мелко рубят. Их можно заменить солеными огурцами, которые предварительно очищают от кожицы и семян и слегка отжимают. Подготовленный лук соединяют с красным соусом, варят 10 ... 15 мин, добавляют соль, сахар, соус «Южный», рубленые корнишоны и доводят до кипения. Удаляют перец и лавровый лист, заправляют маргарином. Корнишоны можно не класть в соус, а посыпать ими блюдо.

Готовый соус обладает необычным кисловато-острым вкусом. Его подают к лангету, котлетам, биточкам и другим мясным блюдам.

Соус красный с кореньями (для тушеного мяса). Морковь, репу, лук, белые коренья нарезают дольками или брусочками, пассеруют, соединяют с основным красным соусом, добавляют душистый перец и варят 10 ... 15 мин. В конце варки кладут зеленый горошек, нарезанные стручки фасоли, доводят до кипения, заправляют маргарином. В соус можно добавлять вино.

Соус красный с овощами (греческий). Морковь, петрушку, сельдерей, лук репчатый, перец сладкий стручковый нарезают тонкой соломкой и пассеруют на жире, соединяют с соусом красным основным, добавляют душистый перец горошком и варят 10 ... 15 мин. В конце варки кладут зеленый горошек, нарезанные ромбиками стручки фасоли, вино (мадеру), доводят до кипения. Используют для тушения мяса и тефтелей. Соус можно готовить без вина.

Охотничий соус с белым вином. Нашинкованные вареные грибы соединяют с пассерованным луком и жарят 5 ... 7 мин. Готовые грибы и лук, соус «Южный», фюме, специи добавляют в основной красный соус и варят при слабом кипении 12 ... 15 мин. В конце варки вливают вино. В готовый соус добавляют нарезанные листья эстрагона, кусочки сливочного масла и перемешивают.

Подают к жареной дичи, а также к натуральным котлетам из баранины, телятины.

Соус красный с эстрагоном. Стебли эстрагона нарезают на кусочки, кладут в основной красный соус, добавляют фюме и варят 25 ... 30 мин. Процеживают. Листики эстрагона заливают сухим белым вином, доводят до кипения и вводят в процеженный соус.

Подают к жареному мясу, натуральным котлетам из телятины, свинины, баранины, к жареным курам и цыплятам, к блюдам из яиц.

Соус кисло-сладкий. Изюм и чернослив перебирают, моют. Чернослив отваривают в небольшом количестве воды и освобождают от косточек. Грецкие орехи очищают от скорлупы и оболочки и нарезают на кусочки. Подготовленный чернослив, изюм, орехи кладут в отвар от чернослива, добавляют перец душистый горошком и тушат 7 ... 10 мин, затем соединяют с красным соусом, доводят до кипения, вводят подготовленное вино или уксус.

Подают к блюдам из отварного, тушеного мяса и птицы.