УКООПСПІЛКА
ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПОЖИВЧОЇ КООПЕРАЦІЇ УКРАЇНИ

В. С. Ростовський
Н. В. Дібрівська
В. Ф. Пасенко

ЗБІРНИК РЕЦЕПТУР

Київ
“Центр учбової літератури”
2010

УДК 641(477)
ББК 39.997(4УКР)
Р 78

Рецензенти:
Плахотін В. Я. – кандидат технічних наук, професор;
Бурбан А. Я. – кандидат технічних наук, доцент;
Капліна Т. В. – кандидат технічних наук, доцент.

Ростовський В. С., Дібрівська Н. В., Пасенко В. Ф.
Р 78 Збірник рецептур. – К.: Центр учбової літератури, 2010. – 324 с.

ISBN 978-966-364-995-5

У книзі наводяться рецептури й технологія приготування принципово нових фірмових страв і кулінарних виробів, придуманих, розробленими й впроваджених кращими кулінарами, майстрами-кухарями й майстрами-кондитерами системи Укрпотребсоюзу всіх регіонів України. У створенні нових кулінарних виробів активну участь брали працівники Вінницької, Чернігівської, Івано-Франківської, Черкаської, Чернігівської й інших областей України.

УДК 641(477)
ББК 39.997(4УКР)

ISBN 978-966-364-995-5

© Ростовський В. С., Дібрівська Н. В., Пасенко В. Ф. 2010.
© Центр учбової літератури, 2010.

ВСТУП

Кулінарія — давнє мистецтво, що виникло на нашій планеті раніше появи знаменитих наскальних малюнків. Початок їй було покладено першою первісною людиною, що поклала шматок м'яса у вогонь. З тих пір кулінарія пройшла довгий і славний шлях, на якому були і злети, і падіння. Кожна нація й кожна епоха створили свої кулінарні чудеса й шедеври, утворили свої кулінарні школи, напрямки: французька кухня, китайська, іспано-португальська й т.д.

Кулінарне мистецтво часто викликає милування своїми яскравими фарбами, виконанням, фантазією, але, на жаль, дуже короткочасне — існуючий день або два, тому що багато кулінарних виробів мають короткий строк зберігання. Інакше людська цивілізація так само пишалася б знаменитими кулінарами, як славить вона могутнього Рембранта, великого Рафаеля, витонченого Челліні.

Українська кухня віддавна славилася розмаїттям страв і високими смаковими достоїнствами. Це пояснюється не тільки різноманітністю використовуваних продуктів, але й усіляким комбінуванням і застосуванням різних способів кулінарної обробки. Наприклад, до складу українського й київського борщів входить до двадцяти найменувань продуктів; селянського, полтавського — до вісімнадцяти; чернігівського — шістнадцять; борщу львівського — п'ятнадцять різних продуктів.

При приготуванні борщів і інших страв застосовують не тільки варіння продуктів, але і підсмажування й тушкування. Продукти для ряду м'ясних і рибних страв проходять комбіновану обробку, що надає їм своєрідного смаку, аромату і соковитості.

Багато страв української кухні готують у фаршированому й шпигованому видах. Особливо смачні й корисні

комбіновані страви з м'яса й овочів — голубці з м'ясом; крученики волинські; яловичина, шпигована буряком і ін.

Багата українська кухня й на різноманітні вироби з борошна, найпоширенішими з яких є вареники, пампушки, галушки, вергуни.

Значна кількість страв виготовляється із молока й сиру — супи, бабки, пудинги, налисники із сиром, сирники.

Українська національна кухня дуже своєрідна, самобутня, характеризується величезними асортиментами страв, високими смаковими якостями, гарним оформленням.

У багатьох технікумах, вищих навчальних закладах України здійснюється широка підготовка фахівців з готельно-ресторанного господарства. У зв'язку із набуттям Україною незалежності, бурхливим розвитком туризму, виникла необхідність підготовки посібника про сучасну українську кухню.

Територія України складається з 24 областей та Автономної Республіки Крим, сільське населення яких обслуговується системою Укоопспілки. Для кожного регіону, області характерні свої традиційні страви й кулінарні вироби, особливі технології їхнього приготування.

У книзі наводяться рецептури й технологія приготування принципово нових фірмових страв і кулінарних виробів, придуманих, розроблених і впроваджених кращими кулінарами, майстрами-кухарями та майстрами-кондитерами системи Укоопспілки всіх регіонів України. У створенні нових кулінарних виробів активну участь брали працівники Вінницької, Чернігівської, Івано-Франківської, Черкаської, Чернігівської й інших областей України.

Автори роботи по крихтах збирали матеріали в Закарпатті й Придніпровщині, у Криму й Поліссі, у центрі України й на Полтавщині.

У книзі зібраний матеріал, що відбиває те краще, що накопичено в області кулінарного мистецтва України за роки її незалежності і практично ніде ще не було опубліковано. Наприклад, у главі «Кулінарне чудо» розповідається про нові фірмові холодні страви й закуски з овочів, риби й м'яса, розроблені кращими кулінарами України, наводиться їхня рецептура, технології приготування, оформлення й правила подачі. Як правило, у руках умільців холодні закуски перетворюються у твори мистецтва, на жаль, недовговічні.

Справжні кулінари завжди глибоко вивчали традиції національних кухонь, особливості приготування страв у тих районах, де вони проживають; у стравах, ними розроб-

лених, відчувається місцевий національний колорит, будь то Закарпаття або Донбас, Волинь або Полтавщина.

У розділі «Чумацькі юшки», що присвячена приготуванню перших страв, розповідається про нові фірмові супи, розроблені кращими кулінарами Донбасу й Харківщини, Чернігівщини і Закарпаття, Полісся й Вінниччини.

Коли знайомишся з кращими творцями-кулінарами у сучасній Україні, дивуєшся їхньому величезному професійному досвіду, природному вмінню почувати продукт, знаходити вдалі сполуки смаків і кольорів.

У розділі «Кулінарна казка» описується технологія приготування фірмових страв з м'яса й риби, овочів і фруктів, яєць і молока; тобто тих страв, які будуть справжніми відкриттями для туристів, гостей України.

У розділі «Мрія ласунів» йдеться про фірмові солодкі страви й десерти, про салати-коктейлі із фруктів і ягід, різноманітні борошняні і кондитерські вироби, особливості їх приготування й подачі. На жаль, у нашому повсякденному житті ми зовсім забули про ту радість, що може принести кулінарне мистецтво в кожну родину. Тому призначення цієї глави — викликати посмішку, викликати радість і замилування і в дорослого, і малого, увести їх у казку.

У главі «Напої чарівника» йдеться про напої, яким кулінари-чарівники повернули їхнє споконвічне призначення, а саме — функції «живлющої вологи», «живої води».

Книжка призначена для всіх практичних працівників, що працюють у сфері масового харчування, ресторанно-готельного господарства, для всіх жінок, зайнятих приготуванням їжі, а також може бути використана студентами технологічних факультетів вузів, технологічних відділень училищ.

Розділ 1
ДЕЩО ПРО ТЕХНОЛОГІЇ



Всі кулінарні вироби поділяються на декілька великих груп:
- холодні страви й закуски;
- перші страви (супи);
- другі страви;
- солодкі страви (десерти);
- напої;
- борошняні й кондитерські вироби.

Холодні страви й закуски знаходять найширше застосування в харчуванні населення України. Вони входять до складу сніданків, вечерь, їх подають як закуски до обідів, на святкові й банкетні столи.

Холодні страви вирізняються більшою розмаїтістю смакових якостей і барвистістю оформлення.

З погляду харчового значення холодні страви не можна оцінювати лише як смакові, такі що викликають виділення шлункового соку і подаються лише з метою викликати апетит. Багато хто з них (балики, страви з осетрових і лососевих риб, ікра, шинка, буженина, сири, салати й страви зі сметаною, майонезом і т.д.) багаті білковими речовинами, містять певну кількість жиру, а також ряд важливих вітамінів і мінеральних речовин, мають високу калорійність, а різні салати, гарніри до холодних страв зі свіжих сирих овочів є джерелами вітамінів і важливих органічних кислот, необхідних організму.

Квашені й мариновані капуста й помідори при дотриманні правильної технології їхнього приготування й умов зберігання також є гарними джерелами вітаміну С у зимовий і ранній весняний періоди, коли відсутні свіжі овочі.

Значення холодних страв і закусок полягає також і в том, що ними можна обслужити відвідувачів у віддалені від виробництва місцях (стадіонах, парках, туристських базах і т.д.) у будь-який час роботи, відпочинку або розваги.

Калорійність холодних страв значно змінюється залежно від складу, норм вкладення окремих продуктів. Найменшу калорійність мають

страви й салати із сирих свіжих овочів (капусти, огірків, зелених салатів) — від 50 до 100 калорій. Додавання до м'ясних і рибних холодних страв сметани або майонезу різко підвищує їхню калорійність: калорійність однієї порції досягає 250—350 калорій залежно від норм вкладення сировини.

Різноманітні асортименти й харчове достоїнство холодних страв дозволяють використати їх як основні страви на сніданок, вечерю або доповнювати ними меню обіду. Такі холодні страви, як м'ясні, рибні, можуть скласти сніданок або вечерю, якщо їх доповнити хлібобулочним виробом і напоєм. Бутерброди з м'ясними, рибними продуктами, сиром добре доповнюють сніданок, що включає гарячу страву з овочів, круп або макаронних виробів. Якщо холодні страви подаються для пробудження апетиту, їх готують у невеликій кількості, застосовуючи багато спецій. Якщо на святкову вечерю подають тільки холодні закуски, то вони повинні бути різноманітними й мати достатню калорійність.

При виготовленні холодних страв завершальним етапом є ручна або механічна обробка продуктів (нарізка, перемішування), а не теплова обробка, як це має місце при приготуванні гарячих страв. Це накладає на кухарів більшу відповідальність за суворим дотриманням санітарних правил при виготовленні холодних страв, щоб уникнути шлунково-кишкових захворювань і харчових отруєнь.

Основними моментами, що погіршують санітарний стан холодних страв при їхньому виготовленні, є недостатньо ретельне промивання свіжої зелені й овочів, а також недбале очищення й нарізка варених овочів і інших продуктів.

Для приготування холодних страв повинне бути виділене окреме приміщення, оснащене холодильним устаткуванням, не допускається встановлювати в холодному цеху будь-які теплові апарати. Все устаткування, інвентар і інструментарій повинні утримуватися в ідеальній чистоті.

Тут також, як і в заготівельних цехах повинні бути окремі обробні дошки з відповідними літерними позначеннями для нарізки м'яса, риби, оселедців, варених, квашених і маринованих овочів, для свіжих овочів, зелені й гастрономічних товарів.

Овочі для салатів і вінегретів варто припустити в очищеному й нарізаному вигляді з додаванням невеликої кількості рослинної олії й оцту (для буряка). Картоплю також краще попередньо відварювати в очищеному вигляді. Для того, щоб коренеплоди не розварювалися, потрібно відварити їх до напівготовності у воді, а потім воду злити й доварити на парі. Такий спосіб припускання овочів значно поліпшує їхній санітарний стан, зменшує втрати водорозчинних речовин і підвищує продуктивність праці, тому що для очищення й нарізки сирих овочів можна використати машини.

Для барвистого оформлення холодних страв і закусок як правило застосовуються ті самі продукти, які входять до складу страви, але вибираються найбільш зручні за формою екземпляри яскравого кольору.

Методи прикрашання можуть бути різні, залежно від художнього смаку кухаря. При нанесенні прикрас необхідно дотримувати почуття міри, зайві прикраси погіршують зовнішній вигляд страви.

Зелені листи салату, зелень петрушки й селери приємно освіжають страву й можуть були використані для прикраси всіх холодних страв і закусок.

Посуд для подачі холодних страв і закусок підбирається гарний й зручний за формою.

Температура страв при подачі не повинна перевищувати 10—12°. Всі холодні страви й закуски можна розділити на наступні групи:

1. Бутерброди;
2. Салати й вінегрети;
3. Страви й закуски з овочів і грибів;
4. Страви з риби й нерибних продуктів моря;
5. Страви з м'яса, птаха й дичини;
6. Страви з яєць.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ БУТЕРБРОДІВ

Бутерброди наготовлюють на хлібі з маслом або без нього з м'ясними, рибними, гастрономічними товарами, м'ясними кулінарними виробами, яйцями й іншими різноманітними продуктами.

Бутерброди розрізняють відкриті, закриті, закусочні й асорті.

Відкриті бутерброди. Для цих бутербродів використовується пшеничний і житній хліб, нарізаний скибочками розмірами 10 × 7 × 1 см, вагою 40 г. Батони пшеничного хліба й міські булочки нарізуються навскіс товщиною 1—1,5 см. Продукт укладається таким чином, щоб він повністю закривав скибочку хліба. М'ясну й рибну гастрономію, м'ясні кулінарні вироби нарізають тонкими широкими скибочками по 1-3 штуки на порцію. Якщо є дрібні довіски, то спочатку їх укладають на хліб, а зверху кладуть однакові скибочки продукту. На бутерброд можна укладати один вид продукту або готувати їх змішаними, підбираючи продукти, що добре сполучаються за смаком: з вершковим маслом і твердим або м'яким сиром; з вершковим маслом і паштетом; з вершковим маслом, ікрою й зеленою рубленою цибулею і т.д.

Масло можна намазувати на хліб рівним шаром або ж покласти зверху або поруч із продуктом у вигляді ромбика, прямокутника, троя-

ндочки. Якщо бутерброди готуються з м'ясними продуктами, то в масло можна додати гірчицю або соус «Південний» у кількості 20 г на 100 г масла. Для приготування бутербродів з жирними продуктами й рибною гастрономією: салом шпик, кільками, кетовою ікрою — краще використати житній хліб, тому що він краще сполучається з ними за смаком. Вага відкритих бутербродів може бути різною залежно від набору продуктів і коливається від 65 г до 105 г (бутерброд з котлетою). Співвідношення хліба й продуктів, що доповнюють, може коливатися в межах від 1:1 до 3:1.

Ковбасу для бутербродів нарізають після видалення оболонки з тієї частини батона, що призначена для використання. Товсті батони вареної ковбаси нарізають прямо по одному шматку на бутерброд, копчену й напівкопчену ковбасу нарізають навскіс по 2-3 тонкі скибочки на бутерброд.

Шинку, окіст, рулет, ретельно зачищають від шкірки, верхнього шару, ділять на частини й нарізають широкими скибочками, щоб вони цілком покривали хліб.

Сьомгу, лососину, кету, балик зачищають, нарізають широкими скибочками, починаючи із хвоста, по 1 шматку на бутерброд.

Варену осетрову рибу охолоджують і нарізають на скибочки товщиною 3–4 мм.

Ікру паюсну розминають на дерев'яній або мармуровій дошці й, вирівнюючи ножем, надають потрібну форму. Якщо вона тверда, то нарізають скибочками. Ікру зернисту і кетову обережно укладають на хліб ложкою.

Оселедець очищають і нарізають по 2-3 шматочки на бутерброд.

Сир розрізають на великі шматки, сир прямокутної форми — уздовж, а круглий — на сектори, зачищають від кірки й нарізають скибочками по 1-2 на бутерброд.

У кільки видаляють голову, хвіст, внутрішності й укладають на хліб по діагоналі, з боків розташовують яйце, зелену рубану цибулю.

Закриті бутерброди (сандвічі). Закриті бутерброди (дорожні) готуються на пшеничному хлібі. Хліб нарізають на смужки, шириною 5-6 см і товщиною 0,5-0,6 см по довжині всього батона або буханця, видаляють кірки, змазують їх тонким шаром розм'якшеного вершкового масла, укладають підготовлені й нарізані тонкими скибочками продукти, накривають іншою такою ж смужкою хліба, притискають ножем, а потім нарізають на бутерброди потрібної форми. Закриті бутерброди можна зробити одношарові, а також 2-х і 3-шарові й комбіновані.

Закусочні бутерброди (канапе). Закусочні бутерброди готуються різної форми: круглі, діаметром 5-6 см, трикутні, квадратні,

прямокутні, розміром не більше сірникової коробки. За своєю формою вони нагадують дрібні тістечка, гарні на вид, і часто використовуються для прикраси столу на урочистих вечорах, банкетах.

Для їхнього приготування використовується пшеничний підсмажений хліб-крутони або ж слойка. Нарізані шматочки хліба присмажують на маргарині до утворення хрусткої рум'яної скоринки, охолоджують, змазують із одного боку вершковим маслом, а потім красиво укладають у вазу на паперову серветку, чергуючи за формою й кольорами продуктів.

Бутерброди асорті. Готуються на скибочках пшеничного хліба, розміром як для відкритих бутербродів. На скибочках хліба укладають 2-3 різні продукти, які добре сполучаються за смаком і кольором, а потім красиво оформляють гілочками зелені й вхідними до складу бутерброда продуктами. Ці бутерброди можна наготовлювати з різними салатами, овочами, зеленню. Вихід їх від 75 до 100 г

Необхідно пам'ятати, що всі продукти для бутербродів нарізуються не раніше, ніж за 20-30 хвилин до відпуску, у противному випадку їхній зовнішній вигляд різко погіршується.

Подавати бутерброди треба на тарілках або у вазах на паперових серветках.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ХОЛОДНІХ СТРАВ З ОВОЧІВ

До холодних страв і закусок з овочів відносять ікру баклажанну; буряк у сметановому соусі; перець, фаршированый овочами; ікру грибну й багато інших страв, що подаються холодними.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ САЛАТІВ І ВІНЕГРЕТІВ

Салати виготовляються із сирих, варених, квашених і маринованих овочів. Можна готувати салати з одного виду овочів, наприклад: «Салат із зеленої цибулю», «Салат з огірків», «Салат з білокачанної капусти», а також з набору різних овочів і фруктів: «Салат овочевої з майонезом», «Салат вітамінний», «Салат з помідорів і огірків», «Салат із фруктів». До складу багатьох салатів входять такі продукти, як м'ясо, риба, раки, краби, ікра, птах.

Залежно від використовуваних продуктів розрізняють салати з овочів і зелені, плодів, грибів, м'яса й риби.

Подаються салати як самостійні страви й можуть бути гарніром до холодних і гарячих м'ясних і рибних страв. Всі продукти, що входять до складу салатів, після теплової обробки охолоджують і окремо до приготування салатів зберігають кожен вид у холодильнику. Не можна змішувати холодні й теплі продукти, це приводить до швидкого розмноження мікроорганізмів і псування салатів.

Заправляти й оформляти салати треба безпосередньо перед подачею або не раніше, ніж за 20-30 хвилин до подачі.

Для заправляння використовують гострі, пряні, кисло-солодкі заправки, майонез і сметану з додаванням гострих соєвих соусів і ароматичних речовин. Для оформлення салатів використовують продукти, що входять до складу салату з найбільше яскравим і гарним забарвленням: зелень петрушки, селери, листи салату, зелена цибуля, зелений горошок. При оформленні прагнуть до того, щоб повніше показати вхідні до складу салату основні продукти. Наприклад, в «Салат із крабів» зверху укладаються краби, у рибний — скибочки риб, в «Салат м'ясний» — скибочки м'яса й т.д. Деталі оформлення залежать від майстерності кухарів і можуть бути різними.

Перед подачею салати поливаються майонезом або сметаною, але так, щоб прикраси залишалися добре видні.

У практиці існує два найпоширеніші способи приготування салатів.

Перший спосіб полягає в тому, що всі вхідні до складу салату продукти нарізуються, перемішуються, заправляються майонезом, сметаною або заправкам, укладаються гіркою в салатник, тарілку або вазу й оформляються продуктами, що входять до складу салату.

При другому способі 1/3 частину продуктів заправляють, укладають гіркою в посуд, красиво оформляють зверху, а навколо невеликими букетиками укладають продукти, що залишилися, красиво комбінуючи їх за кольорами. Перед подачею поливають їхнім соусом або заправкою. Соус можна подати окремо. Вихід салатів може бути 100, 150 і 200 г.

Як приклад приготування салатів з овочів можна назвати салат з білокачанної капусти, салат зелений, салат із помідорів, салат із квашеної капусти, салат із зеленої цибулі.

Вінегрети є різновидом салатів. На відміну від останніх до їхнього складу обов'язково входить буряк. Вінегрет можна приготувати не тільки з одних овочів (картопля, буряк, морква, огірки, капуста, цибулю), але й з додаванням таких продуктів, як гриби, відварена риба, оселедець, кільки, м'ясо.

Нижче приводяться рецепти й технологія приготування салатів і вінегретів, розробленими кращими кулінарами, що працюють у системі Укоопспілки.

Вінегрет овочевий. Варені картоплю, буряк, моркву й солоні огірки нарізають тонкими скибочками або ж кубиками розміром 0,6–0,7 см. Квашену капусту перебирають, злегка віджимають, а якщо вона дуже кисла, промивають водою. Цибулю ріпчасту або зелену шаткують. Всі овочі з'єднують, заправляють салатною або гірчичною заправкою, ретельно перемішують. При подачі вінегрет прикрашається листям салату, кільцями ріпчастої або зеленої цибулі, фігурно нарізаними овочами. У літній період у вінегрет можна додавати свіжі помідори, листи зеленого салату, свіжу замаринованy капусту.

Продукти на 1 порцію в г: морква — 20, буряк — 30, картопля — 35, огірки — 25, капуста квашена — 25, цибуля зелена — 25, салат — 15, оцет 3 % — 15, олія рослинна — 10, гірчиця, сіль, цукор.

Вінегрет із квасолею. Готується так само, як вінегрет овочевий, тільки додається 50 г вареної квасолі, а квашена капуста не додається. Аналогічно готується вінегрет із кукурудзою.

Вінегрет із грибами. В овочевий вінегрет додаються нашатковані солоні або мариновані гриби.

Вінегрет овочевий 120 г — гриби 30 г.

Вінегрет з оселедцем. Приготувати овочевий вінегрет, укласти гіркою в салатник або на тарілку, а зверху покласти 2-3 шматочки філе оселедця без шкіри й костей, прикрасити красиво нарізаними овочами, зеленню.

Вінегрет рибний. Овочі й варену або припущенну рибу нарізають тонкими скибочками, частину риби залишають для оформлення. Усе з'єднують, заправляють майонезом із соусом «Південний», сіллю, перцем. Готовий вінегрет укладають на тарілку, а навколо розташовують букетиками гарнір з овочів, маринованих фруктів і зелені. Зверху оформляють скибочками риби, маринованими ягодами, желе.

Продукти на 1 порцію в г: риба варена (філе) — 40, картопля — 30, помідори — 30, огірки — 30, морква — 20, буряк — 20, желе — 30, майонез — 35, соус «Південний» — 5, зелень — 3, сіль, перець.

Вінегрет з м'ясом. Готується так само, як вінегрет з рибою, крім цього, у його рецептуру входить 1/2 яйця, яким вінегрет оформляється зверху.

Продукти на 1 порцію в г: м'ясні продукти — 40, картопля — 40, огірки — 45, яйце — 1/2 шт., мариновані овочі і ягоди — 25, буряк — 15, желе м'ясне — 30, майонез — 35, соус «Південний» — 5, сіль, перець.

Салат «Струмок». Яйця відварюють, сир, редьку, цибулю, яйце натирають на тертку, з'єднують, заправляють майонезом і подають.

Кількість продуктів, г: сир твердий — 23, редька — 50, яйце — 1/4 шт., цибуля ріпчаста — 24, майонез — 20. Вихід, г — 100.

Салат по-христинівськи. Свіжу капусту шаткують, перетирають із сіллю до появи соку, злегка віджимають. Додають рубані варені яйця, зелений горошок, цибулю, заправляють майонезом і посипають тертим сиром, прикрашають.

Кількість продуктів, г: капуста свіжа — 80, яйце — 1/3 шт., цибуля ріпчаста — 30, зелений горошок — 16, майонез — 30, сир голландський — 10. Вихід, г — 150.

Салат закусочний. Сир голландський і масло вершкове натирають на тертку з великими отворами, з'єднують, зверху поливають соусом майонез, прикрашають зеленню. Салат використовують для бутербродів.

Кількість продуктів, г: масло вершкове — 20, сир голландський — 22, соус майонез — 10. Вихід, г — 50.

Салат делікатесний. Язик відварюють, очищають, нарізають соломкою, також нарізають огірки й цибулю ріпчасту. Заправляють майонезом і спеціями, посипають зеленню й подають як холодну закуску.

Кількість продуктів, г: язик яловичий — 76, огірки мариновані — 25, цибуля ріпчаста — 25, майонез — 10, спеції — 5. Вихід, г — 100.

Салат полонинський. Помідори й огірки нарізають кружечками, солодкий перець, цибулю і білокачанну капусту шаткують. Капусту перетирають із сіллю. Овочі, крім помідорів, з'єднують, заправляють оцтом, цукром, рослинною олією, додають нарізані помідори й посипають перцем. При подачі салат оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: помідори свіжі — 29, огірки свіжі — 19, перець солодкий (болгарський) — 20, цибуля зелена — 13, капуста білокачанна свіжа — 50, оцет 9 % — 3, цукор — 1, рослинна олія — 10, перець чорний — 0,01, зелень — 3. Вихід, г — 100.

Салат по-хмельницьки. Помідори нарізають кружечками, огірки — скибочками, цибулю ріпчасту — півкільцями, капусту й перець шаткують; капусту перетирають із сіллю. Овочі змішують і заправляють салатною заправкою.
Салат оформляють маринованими грибами, яйцями й зеленню.

Кількість продуктів, г: помідори свіжі — 24, огірки свіжі — 19, цибуля ріпчаста — 6, капуста білокачанна — 40, перець солодкий (болгарський) — 7, гриби мариновані — 12, яйце — 1/8 шт., заправка для салатів — 20. Вихід, г — 100.

Салат із червонокачанної капусти з яблуками. Шинковану червонокачанну капусту перетирають із сіллю. Капусту з'єднують із нашатковаными яблуками, цибулею, поливають салатним заправкам і оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: капуста червонокачанна свіжа — 75, яблука свіжі — 29, цибуля ріпчаста — 24, заправка для салатів — 20, зелень — 8. Вихід, г — 100.

Салат з білокачанної капусти зі сметаною. Шинковану капусту перетирають із сіллю, перемішують із нарізаною цибулею і заправляють оцтом і цукром. При подачі поливають сметаною.

Кількість продуктів, г: капуста білокачанна свіжа — 139, цибуля зелена — 19 або ріпчаста — 18, цукор — 1, оцет 9 % — 3, сметана — 15, зелень — 3. Вихід, г — 100.

Салат з білокачанної капусти і яблук. Капусту шаткують, перетирають із сіллю. Яблука з вирізаною серцевиною нарізають соломкою, збризкують оцтом, щоб охоронити від почорніння, змішують із капустою, нарізаною цибулею, заправляють сметаною, цукром і оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: капуста білокачанна свіжа — 63, яблука свіжі — 23, цибуля зелена — 18 або ріпчаста — 12, оцет 9 % — 3, цукор — 2, сметана — 15, зелень — 5. Вихід, г — 100.

Салат з білокачанної капусти, помідорів і моркви. Білокачанну капусту шаткують, перетирають із сіллю, додають шинковану моркву, цибулю і заправляють сметаною або салатним заправкам, соусом майонез або майонез зі сметаною. При подачі салат оформляють кружечками помідорів або нарізаною зеленню.

Кількість продуктів, г: капуста білокачанна свіжа — 79, помідори свіжі — 24, морква — 13, цибуля зелена — 13 або ріпчаста — 12, сметана — 20, зелень — 3. Вихід, г — 100.

Салат осінній. Білокачанну капусту нарізають соломкою, перетирають із сіллю. Підготовлені яблука, моркву й перець нарізають соломкою, з'єднують із капустою, додають сметану, цукор, лимонну кислоту й перемішують. При подачі салат оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: капуста білокачанна свіжа — 79, яблука свіжі — 29, морква — 13, перець солодкий (болгарський) — 13, сметана — 20, цукор — 0,2, кислота лимонна — 0,1, зелень — 3. Вихід, г — 100.

Салат овочевий. Зварені в шкірці картоплю, буряк і моркву очищають, нарізають дрібними кубиками, цибулю ріпчасту — кільцями або півкільцями, овочі викладають букетами, заправляють соусом майонез і оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: картопля — 27, буряк — 25, морква — 25, цибуля ріпчаста — 24, соус майонез — 20, зелень — 3. Вихід, г — 100.

Салат український. Підготовлені картоплю й моркву відварюють і очищають. Огірки свіжі або солоні очищають від шкірки, яблука — від шкірки й серцевини. Овочі і яблука нарізають дрібними кубиками, змішують із зеленим горошком, дрібно нарізаною цибулею і поливають сметаною або соусом майонез, майонезом зі сметаною.

Кількість продуктів, г: картопля — 14, огірки свіжі або солоні — 25, морква — 13, яблука свіжі — 4, горошок зелений консервований — 15, цибуля ріпчаста — 12 або зелена — 13, соус майонез — 20 або сметана — 20. Вихід, г — 100.

Салат чернігівський. Зварені картоплю й моркву нарізають кубиками, додають очищені, нарізані кубиками огірки, зелений горошок, шинкований солодкий перець і зелену цибулю, заправляють соусом майонез і оформляють яйцями, огірками, морквою й цибулею.

Кількість продуктів, г: картопля — 36, огірки солоні — 25, морква — 11, горошок зелений консервований — 11, перець солодкий (болгарський) — 7, цибуля зелена — 6, соус майонез — 20, яйце — 1/4 шт. Вихід, г — 100.

Салат зимовий. Нарізані скибочками варену картоплю й очищені солоні огірки з'єднують із квашеною капустою, вареною або консервованою квасолею, ріпчастою цибулею, нарізаною кільцями або півкільцями, і заправляють салатним заправкам або соусом майонез.

Кількість продуктів, г: картопля — 41, капуста квашена — 29, огірки солоні — 11, квасоля — 5 або квасоля стручкова консервована — 17, цибуля ріпчаста — 12, соус майонез або салатне заправка — 20. Вихід, г — 100.

Салат «Осінь». Капусту шаткують, додають сіль, цукор, оцет і добре перетирають, додають ріпчасту цибулю і заправляють рослинною олією. Язик відварюють, нарізають соломкою й додають у салат. Салат при подачі зверху поливають майонезом.

Кількість продуктів, г: капуста свіжа — 90, цибуля ріпчаста — 12, оцет 9 % — 3, цукор — 5, олія рослинна — 5, майонез — 1, язик відварний — 2. Вихід, г — 100.

Салат «Ласун». Моркву припускають, цибулю очищають, яйце варять вкруту. Нарізають скибочками моркву, огірки, сир голландський подрібнюють на тертці. Овочі охолоджують і змішують із майонезом, додають сир голландський, гарнірують салат нарізаними овочами й жовтками яєць або здрібненим голландським сиром. Накладають у салатники й подають.

Кількість продуктів, г: морква — 50, зелений горошок — 68, цибуля — 18, яйце — 1/2 шт., майонез — 40, сир голландський — 38, огірки мариновані — 18. Вихід, г — 200.

Салат «Фортеця». Сир голландський і яйця протирають через велику тертку, додають товчений часник, зелений горошок, буженину, нарізану дрібними скибочками, заправляють майонезом. Виріб укладають у салатник, надаючи йому форму фортеці, прикрашають яйцями вареними, поливають майонезом.

Кількість продуктів, г: сир голландський — 40, яйце — 20, часник — 10, майонез — 20, горошок зелений — 10, буженина свиняча — 20. Вихід, г — 100.

Салат по-кам'янецьки. Помідори промивають, видаляють плодоніжку, нарізають кружечками, посипають перцем, часником і поливають рослинною олією.

Кількість продуктів, г: помідори — 106, олія рослинна — 10, часник — 1. Вихід, г — 100.

Салат «Дарунки Поділля». Овочі миють, нарізають соломкою, заправляють соняшниковим маслом. При подачі оформляють зеленню петрушки.

Салат буряковий. Буряк відварюють у шкірці, очищають і нарізають скибочками, посипають корицею й поливають сметаною, перемішаної з тертим хріном, оцтом і цукром.

Кількість продуктів, г: буряк — 89, кориця — 0,05, сметана — 20, хрін — 11, оцет 9 % — 2, цукор — 2. Вихід, г — 100.

Салат по-херсонськи. Зварений й очищений язик нарізають кубиками. Рис відварюють, з'єднують із нарізаним язиком, додають зелений горошок, дрібно нарізану цибулю, яйце, заправляють соусом майонез і оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: язик — 24, рис — 11, горошок зелений консервований — 23, яйце — 1/4 шт., цибуля зелена — 13 або ріпчаста — 12, соус майонез — 20, зелень — 3. Вихід, г — 100.

Салат по-уманськи. Відварену охолоджену свинину нарізають брусочками товщиною 0,5 см і довжиною 4,5 см. Варену картоплю нарізають часточками й заправляють соусом майонез із додаванням соусу «Південний», укладають нарізану свинину й прикрашають салат букетами зеленого горошку, моркви, яйцем.

Кількість продуктів, г: свинина — 49, картопля — 27, морква — 12, яйце — 1/2 шт., огірки — 13, зелений горошок — 10, соус майонез — 15, соус «Південний» — 5, помідори — 18. Вихід, г — 150.

Салат «Зоря». Варений буряк і солоні, очищені від шкірочки й насіння, огірки нарізають дрібними скибочками, додають дрібно шинковану цибулю, консервований горошок і заправляють майонезом. Прикрашають часточками яйця, гілочками петрушки.

Кількість продуктів, г: буряк, — 82, зелений горошок — 35, цибуля ріпчаста — 12, яйце — 1/2 шт., огірки свіжі — 15—10, петрушка (зелень) — 25. Вихід, г — 150.

Салат «Новинка». Огірки і яблука очищають від шкірочки й нарізають скибочками, а капусту й сир — соломкою. Продукти заправляють майонезом, оформляють яйцем і зеленню.

Кількість продуктів, г: мариновані огірки — 75, яблука свіжі — 15, капуста свіжа — 75, сир твердий — 10, яйце — 10, майонез — 10, зелень — 3. Вихід, г — 150.

Помідори, фаршировані сирою морквою. Помідори промивають, зрізують верхню частину, де прикріплювалася плодоніжка, і видаляють м'якоть разом з насіннями, залишивши шар 0,3-0,5 см. Сиру очищену моркву натирають на тертці, заправляють сметаною, цукром, сіллю й фарширують нею помідори. Подають на тарілці, посипають зверху зеленню кропу. Можна наповнити помідори різними салатами.

Кількість продуктів, г: (на 1 кг помідорів): морква — 800, цукор — 50, сметана — 200, зелень кропу — 20.

Редька з маслом. Очищену, промиту й обсушену редьку шаткують соломкою, тонкими скибочками або ж натирають на великій тертці, заправляють рослинною олією, оцтом і сіллю. Подають у салатнику, посипають зеленню петрушки або кропу. Можна додати цибулю, пасерований на рослинній олії.

Кількість продуктів, г: редька — 130, олія рослинна — 10, оцет 3 % — 3, цибуля ріпчаста — 15, зелень — 3. Вихід, г — 150.

Картопля, фарширована оселедцем. Велику картоплю промивають і в шкірці запікають у духовій шафі, потім очищають гарячою, зрізують верхівку й спеціальною виїмкою або ложкою виймають середину картоплі. Розібраний на філе без шкіри й костей оселедець, пасеровану цибулю, вийняті серцевини картоплі добре розтирають або пропускають через м'ясорубку із дрібними ґратами (картопля повинна бути гарячою), заправляють сметаною, сирими яйцями, перцем. Цією масою фарширують картоплю.

Салат «Мрія»

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини
		Брутто
1	Картопля	344
2	Морква	134
3	Огірки мариновані або огірки свіжі	136 132
4	Кукурудза	80
5	Яйця	5 шт
6	Зелена цибуля	25
7	Крабові палички	200
8	Майонез	200

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини
		Брутто
9	Креветки	200
10	Маслини	50
11	Лимон	75
12	Зелень	50
	Вихід	

Технологія приготування. Відварені картоплю, моркву та обчищені яйця нарізають соломкою. Огірки, крабові палички нарізають соломкою, цибулю нарізають півкільцями, кукурудзу відцідити. Усі інгредієнти заправити майонезом і ретельно перемішати. Подача проводитися в креманках з оформленням лимоном, креветками, маслинами та зеленню.

Салат «Ніжність»

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини на одну порцію, г
		брутто
1	Печериці свіжі	32,9
2	Цибуля ріпчаста	23,8
3	Філе куряче	27,6
4	Яйця	2/5шт
5	Сир твердий	16.4
6	Грецький горіх	5
7.	Майонез	20
8	Сіль	3
9	Перець чорний мелений	0,05
10	Олія соняшникова	25
11	Приправа «Дегуста»	0,5
12	Лавровий лист	0,04
	Маса готової страви	

Технологія приготування. Помиті, середньої величини печериці, нарізають тонкими скибочками, ніжки — кільцями й обсмажують у великій кількості олії.

Підготовлене філе курки печуть у духовій шафі з додаванням спецій.

Готові печериці кладуть на дно посудини, зверху укладають шарами печене філе курки, потім потерті на грубій тертці варені яйця, сир твердий. Кожний шар продуктів заливають майонезом і посипають сіллю, спеціями. По всій поверхні салату труть на дрібній тертці грецький горіх.

Салат монастирський з гострим соєвим соусом

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини
		Брутто
1	Картопля	785,0
2	Морква	185,6
3	Огірки свіжі	104
4	Кукурудза консервована	141,9
5	Цибуля	50,6
6	Родзинки	26
	Маса овочевого набору	
7	Олія соняшникова	500
8	Соус соєвий	170
9	Оцет яблучний	250
10	Цукор	40
11	Сіль	40
	Соус соєвий гострий	
	Вихід соусу	

Технологія приготування. Підготовлені моркву й картоплю варять та обчищають. Моркву, картоплю, огірки нарізають соломкою, додають нашатковану цибулю, відціджену кукурудзу, заправляють гострим соєвим соусом.

Соус соєвий гострий. Соус соєвий, цукор, сіль, оцет розмішують, додають до однорідної консистенції.

Салат «Мисливський»

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини
		Брутто
1	Огірки солоні	0,1
2	Сир твердий	од
3	Ковбаса мисливська	0,2
4	Яйця відварені	3
5	Гриби мариновані	0,1
6	Огірки свіжі	од
7	Майонез	0,2
8	Сіль	0,005
9	Перець	0,001
10	Зелень	0,001
	Вихід	

Технологія приготування. Ковбасу мисливську, огірки, сир голландський, помідори, яйця, гриби, нарізати кубиками, посолити, заправити майонезом і все ретельно перемішати, викласти в посуд у якому подається страва та художньо оформити зеленю.

Ікра баклажанна. Баклажани запікають у духовій шафі, охолоджують, якщо шкірочка груба — видаляють її, а м'якоть дрібно рубають, рублену ріпчасту цибулю пасерують на рослинній олії з пюре, додають рубані баклажани й тушкують до загуснення маси. Заправляють ікру оцтом, рослинною олією, перцем, сіллю й за бажанням, розтертим із зеленню часником. Ікру укладають у салатник або тарілку, зверху наносять малюнок і посипають зеленою цибулею.

Кількість продуктів, г: баклажани —160, цибуля ріпчаста — 13, цибуля зелена — 10, олія рослинна —10, пюре — 35, оцет —5, перець, сіль, часник. Вихід, г — 150.

Буряк у сметанному соусі. Промитий буряк запікають або відварюють у шкірці до готовності. Потім очищають, шаткують соломкою або тонкими скибочками. Наготовлюють жирове борошняне пасерування й розводять його сметаною, отриманим соусом заливають буряк і тушкують 10-15 хв, наприкінці додають за смаком оцет, цукор, сіль.

Кількість продуктів, г: буряк — 0, борошно — 5, масло вершкове — 5, сметана — 100, цукор, сіль, оцет. Вихід, г — 150.

Перець болгарський, фаршированний овочами в маринаді. У болгарського солодкого перцю роблять навколо плодоніжки кільцевий надріз і видаляють плодоніжку разом з насіннями, перець промивають, відварюють у воді протягом 10-12 хв, а потім відкидають на сито. Для фаршу моркву, селеру й цибулю шаткують соломкою або дрібними кубиками й пасерують на рослинній олії, а потім додають дрібно нарізану капусту й тушкують до готовності.

Заправляють за смаком сіллю, перцем. Цим фаршем наповнюють підготовлений перець, укладають у посуд в один ряд, заливають овочевим маринадом з томатом і тушкують у духовій шафі 20-25 хвилин. Подають у холодному вигляді в салатнику або в глибокому блюді, зверху посипають рубленою зеленню.

Кількість продуктів, г: перець — 100, морква — 26, цибуля ріпчаста — 20, капуста — 25, селера — 10, олія рослинна — 10, маринад — 60, зелень. Вихід, г — 150.

Ікра грибна. Сушені гриби відварюють, а солоні промивають холодною водою й пропускають через м'ясорубку. Дрібно рубану ріпчасту цибулю пасерують на рослинній олії, з'єднують із грибами й тушкують 15-20 хв. По готовності заправляють ікру оцтом, сіллю, перцем і, за бажанням, часником. Подають у салатнику або на тарілці, зверху посипають зеленою цибулею.

Кількість продуктів, г: гриби білі сушені — 20 або солоні — 70, олія рослинна — 15, цибуля ріпчаста — 20, цибуля зелена — 20, оцет 3 % — 5, сіль, перець, часник. Вихід, г — 150.

Гриби з цибулею. Мариновані або солоні гриби відокремлюють від рідини й, якщо капелюшки круглі, нарізають. Заправляють гриби рослинною олією або сметаною. Подають у салатнику, посипають дрібно нарізаною цибулею.

Кількість продуктів, г: гриби — 130, цибуля ріпчаста або зелена — 15, олія рослинна — 15 або сметана — 25. Вихід, г — 150.

ХОЛОДНІ СТРАВИ ТА ЗАКУСКИ З РИБИ, РАКІВ І КРАБІВ

Група холодних страв і закусок з риби й морепродуктів включає шпроти, сардини, скумбрію в маслі; оселедець із гарніром, оселедець рублений; салаку, кільку, хамсу з цибулею і маслом; рибу в маринаді; рибу заливну з гарніром і ін.

Салат рибний. Варена картопля, свіжі або солоні огірки й помідори, рибу варену або припущенну без костей нарізають скибочками, додають зелений горошок, перемішують, заправляють соусом майонез зі сметаною, з білим соусом або гірчичною заправкою, сіллю, перцем, викладають гіркою в салатник, навколо оформляють тонкими, довгими скибочками риби, фігурно нарізаними овочами. Якщо салат подається на тарілці, то частина овочів укладають навколо гірки салату букетиками, оформляють зеленню. Для рибного салату можна використати будь-яку рибу, що не містить дрібних костей усередині м'язів.

Аналогічно готується салат із крабів, салат делікатесний.

Кількість продуктів, г: картопля варена — 50, огірки й помідори свіжі — 50, риба варена — 40, зелений горошок — 25, соус майонез або заправка — 40, зелень — 3, сіль, перець. Вихід, г — 200.

Вінегрет рибний. Овочі й варену або припущенну рибу нарізають тонкими скибочками, частина риби залишають для оформлення. Усе з'єднують, заправляють майонезом із соусом «Південний», сіллю, перцем. Готовий вінегрет укладають на тарілку, а навколо — букетики гарніру з овочів і зелені. Зверху оформляють скибочками риби, маринованими фруктами й желе.

Кількість продуктів, г: риба варена (філе) — 40, картопля варена — 30, помідори свіжі — 30, огірки свіжі — 30, морква варена — 20, буряк варений — 20, желе — 30, майонез — 35, соус «Південний» — 5, мариновані фрукти — 25, зелень — 3, сіль, перець. Вихід, г — 250.

Шпроти, сардини, скумбрія в олії. Шпроти, сардини або скумбрію укладають у салатник або на овальне блюдо, поливають олією, у якій вони перебували, прикрашають лимоном і зеленню петрушки, листами салату.

Кількість продуктів, г: риба — 50, лимон — 1/6 шт., зелень.

Оселедець із гарніром. Великий оселедець розбирають на філе, а дрібний беруть цілком, нарізають на шматочки шириною 1,5-2 см, укладають на нарізані й заправлені овочі, приставляють голову й хвіст, гарнірують з боків вареними овочами, нарізаними кубиками розміром 0,5-0,7 см, красиво чергуючи їх за кольорами, оформляють зеленою цибулею, яйцем. Перед подачею поливають гірчичною заправкою. У літній період для оформлення можна використати свіжі огірки й поміг-

дори. Якщо оселедець дуже солоний, то його попередньо вимочують, бажано в молоці.

Кількість продуктів, г: оселедець (філе) — 50, гарнір — 150, яйце — 20, зелень — 5. Вихід, г — 150.

Оселедець натуральний. Оселедець розбирають на філе без шкіри й костей, нарізають невеликими шматочками, укладають на оселедцевий лоток або блюдо у вигляді цілої риби, прикладають голову й хвіст і прикрашають гілочками зелені.

Окремо на порціонній білій сковороді подають гарячу відварну картоплю цілими картоплинами або нагострений у вигляді груші чи бочечки, а на розетці або на пиріжковій тарілці вершкове масло у вигляді трояндочки.

Кількість продуктів, г: оселедець (філе) — 50, картопля — 50, вершкове масло — 20, зелень. Вихід, г — 150.

Оселедець у маринаді — Вимочене філе оселедця без шкіри й костей укладають у скляний або порцеляновий посуд, заливають приготовленим маринадом і витримують 4—5 год.

Для приготування соусу маринаду молоки оселедця ретельно розтирають із гірчицею, цукром, додають сметану, ріпчасту цибулю і сіль за смаком. Подають оселедець разом із цим соусом і оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: оселедець — 50, гірчиця столова — 3, цукор — 2, оцет — 15, сметана — 10, цибуля ріпчаста — 10, сіль, зелень. Вихід, г — 50.

Оселедець рублений. Філе оселедця без шкіри й костей вимочують, яблука очищають від шкірочки й насіння (краще кислі), пшеничний хліб без кірок замочують у молоці, цибулю ріпчасту пасерують на рослинній олії й охолоджують. Усе разом з'єднують і пропускають через м'ясорубку, заправляють рослинною олією або додають розм'якшене вершкове масло, укладають на оселедцевий лоток або тарілку, надають форму цілої риби, посипають зверху рубленим яйцем і кропом, оформляють фігурно нарізаними огірками, помідорами, рисом, гілочками зелені.

Кількість продуктів, г: оселедець (філе) — 50, хліб — 20, яблука — 15, цибуля ріпчаста — 12, яйце — 10, олія рослинна або вершкове масло — 10, овочі — 20, зелень. Вихід, г — 100.

Солона салака, кілька, хамса або тюлька з маринованою капустою. Капусту й моркву шаткують соломкою, укладають у посуд,

додають оцет, сіль, цукор, перець, лавровий лист і прогрівають, поки капуста не осяде. Потім капусту охолоджують і витримують добу в охолодному місці. У риби видаляють голову й внутрішності, красиво укладають на тарілці, гарнірують маринованою капустою, заправленої олією, посипають дрібно нашаткованою зеленою цибулею.

Кількість продуктів, г: риба — 50, капуста — 85, морква — 20, оцет — 20, олія рослинна — 5, цукор — 5, цибуля зелена, сіль, перець, лавровий лист. Вихід, г — 100.

Дієтична закуска. Філе оселедця без шкіри й костей пропускають через м'ясорубку, додають варений рис і моркву, дрібно нарізані, очищені від шкірки яблука й вершкове масло. Отриману масу добре вимішують, оформляють у вигляді брусочка. При подачі посипають зеленню кропу.

Кількість продуктів, г: оселедець — 50, рис — 20, морква — 10, масло вершкове — 10, яблука — 50. Вихід, г — 100.

Паштет рибний ювілейний. Рибу хек (мерлуза) припускають із додаванням коріння до готовності, потім м'якоть риби відділяють від костей, пропускають через паштетну решітку, заправляють за смаком сіллю, перцем. У готову масу додають вершкове масло, зварене вкруту яйце, формують у вигляді бруска й охолоджують у холодильній шафі.

Кількість продуктів, г: риба хек сріблистий — 87, масло вершкове — 20, яйце — 1/4 шт., зелень — 4. Вихід, г — 100.

Оселедець по-домашньому. Оселедець без шкіри й костей дрібно рубають, з'єднують із тертим плавленим сирком, рослинною олією і майонезом, добре вимішують. При подачі оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: оселедець — 20, сир плавлений — 20, майонез — 15, олія рослинна — 5. Вихід, г — 50.

Рубана салака, кілька, хамса, тюлька з морквою. У риби видаляють голову й внутрішності, ретельно промивають, кілька разів міняючи воду, віджимають і пропускають 2 рази через м'ясорубку разом з вареною морквою й сирими яблуками. Потім додають сметану, цукор і ретельно перемішують. При подачі укладають на оселедцевий лоток або тарілку, надають форму риби, посипають зверху рубленою зеленню.

Кількість продуктів, г: риба — 100, морква — 20, яблука — 15, сметана — 6, цукор — 2, зелень — 3. Вихід, г — 100.

Асорті рибне. Для цієї страви використовують різні готові рибні продукти не менше трьох найменувань. Краще готувати асорті з 5-6 видів продуктів, неоднакових за кольорами. Продукти нарізають тонкими скибочками (сьомгу, лососину, балик, кету й ін.), оформляють яйцем, лимоном, фігурками з желе, зеленню петрушки й салату. Окремо можна подавати соус майонез.

Кількість продуктів, г: сьомга, лососина або балик — 25, осетрина або інша риба — 30, ікра — 25, краби — 20, яйце — 20, лимон — 1/8 шт., зелень. Вихід, г — 100.

Риба в маринаді. Порціонні шматки риби посипають сіллю, перцем, панірують у борошні й обсмажують у рослинному маслі основними способами. Охолоджену рибу укладають у посуд, що не окисляється, і заливають маринадом. При подачі посипають зверху рубленою зеленню. Для приготування цієї страви можна використати будь-яку рибу. Для маринаду — моркву, цибулю пасерують на рослинній олії, заливають рибним бульйоном і тушкують зі спеціями.

Кількість продуктів, г: риба — 100, олія рослинна — 5, борошно — 5, морква — 12, цибуля ріпчаста — 12, цибуля зелена — 10, сіль, перець. Вихід, г — 75/75.

Риба відварна в гарнірі. Частикову рибу відварюють порціонними шматками, а осетрову — ланками, які потім зачищають і нарізають скибочками товщиною 1-1,5 см по 1-2 на порцію. Рибу укладають на тарілку й гарнірують вареною картоплею й морквою, нарізаними кубиками, свіжими або солоними огірками, помідорами, зеленим горошком, сполучаючи гарнір по кольорах. Оформляють зеленню петрушки або салату. Гарнір поливають перед подачею салатним заправкам. Окремо подають соус із хріну з оцтом. Замість гарніру із зазначених овочів, можна подати мариновану білокачанну або червонокачанну капусту, оформити рибу рубленим желе.

Кількість продуктів, г: риба — 150, гарнір — 150, желе — 15, соус із хріну з оцтом — 30, зелень. Вихід, г — 250.

Риба заливна. Варену, охолоджену й нарізану на порційні шматки рибу укладають на лист із проміжками в 2-3 см і заливають тонким шаром желе. Після застигання желе шматочки риби прикрашають фігурно нарізаними огірками, вареною морквою, лимоном, зеленню, заливають невеликою кількістю желе й охолоджують, щоб прикраси закріпилися на рибі. Після цього рибу заливають желе так, щоб воно повністю покривало шматочки й залишають для застигання. При подачі кожний шматочок риби вирізують звичайним або спеціальним ножем.

Салат «Море задоволення»

Найменування продукту	Брутто, г
Помідори	11
Огірок	11
Перець	13
Тунець консервований	15
Креветки	25
Сир	15
Маслини	15
Лимон	5
Олія	10
Вихід	

Технологія приготування. Помідори й огірок нарізаємо грубою соломкою й складаємо кулями. Перець теж нарізається соломкою. Тунець нарізається вздовж волокон. Поливаємо зверху олією й збризкуємо соком лимона.

Холодна закуска «Морська фея». На 10 порцій; вихід — 1000 грам, вихід 1 порції — 100 грам)

№	Найменування сировини	Норма вмісту в готовій страві або виробі, г	Технологічні вимоги до якості сировини
1	Риба лосось (консерва)	500	Консерви при відкритті банки не розварені, смак та запах приємні які відповідають вимогам даного типу риби
2	Сир твердий	200	Сир без сторонніх запахів, смак сирний, колір — злегка жовтуватий
3	Майонез	150	Майонез — колір білий, смак ніжний, злегка гострувати
4	Балик форелі солоний	300	Балик при нарізанні зберігає форму, смак та запах відповідають вимогам даного типу риби
5	Зелень	10	
6	Корали морські	40	Корали білі, свіжі на вигляд, зі смаком та запахом морських морепродуктів

Технологія приготування. Консерви рибні (лосось у власному соку) подрібнити, розтерти в однорідну масу. На терці (мілкій) натерти сир твердий. Лосось, сир твердий та майонез з'єднати, вимішати. Зробити п'ять виробів, які обгорнути скибочками червоної риби. На блюді надати форму морської зірки. Між виробами покласти зелень та морські корали.

Характеристика готової страви або виробу:

Зовнішній вигляд — форма страви у формі морської зірки.

Консистенція — ніжна, але зберігає форму.

Запах та смак — запах — рибний, смак — ніжний з ароматом морських продуктів.

Салат «Морська зірка»

Назва сировини	Вміст на одну страву
	Брутто
Тунець консервований	180
Сир твердий	33
Майонез	20
Цибуля зелена	12
Ікра червона	20
Форель (філе копчене)	12
Кунжут сушений	2
Креветки очищені	20
Зелень	7
Лимон	17
Вихід	

Технологія приготування. Змішують тунець з тертим сиром, додають майонез та нарізану цибулю. Викладають на тарілку у вигляді зірки. Зверху викладають смужки форелі й посипають кунжутом. Оформляють зеленню, лимоном, креветками, маслинами, оливками.

Вимоги до якості: Зовнішній вигляд: закуска викладена у формі морської зірки, зверху смужки форелі та кунжут. Колір світло-червоний, смак та запах властивий складникам рецептури з вираженим присмаком рибних продуктів.

Раки варені. Для варіння використовують тільки живих раків, яких обмивають холодною водою, кладуть у посуд, додають моркву, петрушку, кріп, цибулю, естрагон, сіль, перець запашний, заливають гарячою водою, закривають кришкою й варять 8-10 хв із моменту закипання. Подають холодними або гарячими. Можна відварити раків у пиві (0,5 л на 10 шт. раків).

Кількість продуктів на 10 шт. раків, г: петрушка — 10, морква — 10, цибуля — 10, кріп — 15, естрагон — 5, сіль, лавровий лист, перець.

Краби в маринаді. Підготовлених крабів укладають у салатник, заливають готовим маринадом з овочів з томатом, зверху посипають рубленою зеленою цибулею і прикрашають маслинами.

Кількість продуктів, г: краби — 100, маринад — 100, цибуля зелена — 10, маслини — 20. Вихід, г — 200.

М'ЯСНІ ХОЛОДНІ ЗАКУСКИ

Значне місце займає група холодних страв і закусок з м'яса, птаха, дичини.

М'ясні холодні страви й закуски характеризуються різноманіттям і національним колоритом. Багато страв української кухні виготовляють у фаршированому й у шпигованому вигляді. Особливо смачні й корисні комбіновані м'ясні страви з м'яса й овочів, круп і м'ясопродуктів: ковбаски м'ясо-круп'яні; сало варене, шпиговане часником; ковбаса кров'яна із крупою; рулет аматорський та ін. Вони користуються особливою любов'ю населення України.

Закуска українська. Оселедець вимочити, розібрати на філе й нарізати дрібними шматочками. Варений язик й напівкопчену ковбасу нарізати скибочками. Для овочевого салату варені моркву й картоплю нарізати дрібними кубиками й заправити майонезом. Оселедець і м'ясні продукти укласти на блюдо, поруч помістити овочевий салат, шматочок яйця, свіжі або мариновані помідори й огірки, мариновані фрукти.

Кількість продуктів, г: оселедець (філе) — 17, язик — 12, ковбаса напівкопчена — 10, картопля — 11, морква — 6, огірки — 6, соус майонез — 4, яйце — 1/4 шт., помідори свіжі — 12 або мариновані — 18, сливи, яблука, груші мариновані — 27. Вихід, г — 100.

Завиванець по-ялтинськи. На зачищену, посипану сіллю й перцем вирізку укласти сало, натерте часником і нарізане довгими брусочками. М'ясо із салом згорнути, обв'язати шпагатом і припустити разом з овочами до готовності. Готовий завиванець остудити й нарізати.

Кількість продуктів, г: яловичина — 184, шпик — 14, часник — 0,9, цибуля ріпчаста — 4, морква — 4, петрушка — 3. Вихід, г — 100.

Завиванець по-полтавськи. Нежирну свинину пропустити через м'ясорубку, додати воду, перець, сіль, частину яєць, добре перемішати. Отриману масу викласти шаром на вологу серветку, на середину укласти нарізане скибочками сало й за допомогою серветки з'єднати краї. Напівфабрикат укласти на змащений жиром лист, змазати залишком яйця й запекти в духовці. Остудити, подавати можна з гарніром.

Кількість продуктів, г: свинина — 126, шпик — 15, вода — 11, яйце — 1/10 шт., часник — 1,5, жир для змащення — 2. Вихід, г — 100.

Сало варене, шпиговане часником. Сало нашпигувати часником і зварити. Готове сало посипати перцем, остудити й нарізати.

Кількість продуктів, г: шпик — 117, часник — 3, перець чорний — 0,01. Вихід, г — 100.

Ковбаса зі свинини смажена. Свинину нарізати дрібними кубиками, додати мілко нарізаний або розтертий із сіллю часник, перець, сіль і перемішати. Отриманим фаршем наповнити підготовлені кишки й поставити на 5-6 год. у холодне місце. Ковбасу проколоти в декількох місцях і жарити в жарочній шафі.

Кількість продуктів, г: свинина (лопатка, грудинка) — 180, часник — 3, кишки тонкі — 10 см. Вихід, г — 100.

Салат зі свинини по-уманськи. Відварну охолоджену свинину нарізають брусочками товщиною 0,5 см і довжиною 4,5 см. Варену картоплю нарізають скибочками й заправляють соусом майонез із додаванням соусу «Південний», укладають нарізану свинину й прикрашають салат букетами зеленого горошку, моркви, огірка, свіжими або маринованими помідорами.

Кількість продуктів, г: свинина —49, картопля — 27, морква — 12, яйце — 1/2 шт., огірки — 13, зелений горошок — 10, соус майонез — 15, соус «Південний» — 5, помідори — 18. Вихід, г — 150.

Рулет аматорський по-христинівськи. Свинячі голови добре очищають, промивають і варять 3-4 години на слабкому вогні. Пряності кладуть за одну годину до закінчення варіння.

Зварену голову виймають із бульйону, видаляють кості, м'ясо викладають на лист, посипають перцем, сіллю й часником, поливають бульйоном, у якому варилося м'ясо, ставлять лист із м'ясом у духову шафу на 40 хв, потім кладуть під прес на 5-6 год. Подають рулет у холодному вигляді, нарізаний скибочками, із соусом хрін.

Кількість продуктів, г: голови свинячі — 270, цибуля ріпчаста—40, морква — 40, часник —10. Вихід, г — 100.

Холодець «Асторія». М'ясо пропускають через паштетну сітку м'ясорубки, додають замочений у молоці хліб і пропускають через м'ясорубку другий раз, заправляють салом, перцем і добре вимішують. Формують у вигляді рулету, у середину шарами кладуть шинку, моркву, яйце, зелений горошок. Відварюють рулет, загорнений у целофан або марлю, охолоджують, нарізають на порції й заливають готовим желе.

Кількість продуктів, г: м'ясо яловичина — 51, хліб — 10, молоко — 7, яйце — 1/3 шт., окіст —10, зелений горошок — 5, морква — 8, желе — 75. Вихід, г — 75/75.

Паштет з печінки. Цибулю і моркву шаткують довільної форми й обсмажують із салом шпик до напівготовності, потім додають нарізану печінку, посипають сіллю, перцем і смажать до готовності. Якщо використовується свиняча печінка, те її попередньо ошпарюють окропом для видалення гіркоти. Пересмажувати печінку не потрібно, як тільки зникне червоність на розламі, печінку знімають, злегка охолоджують і пропускають усе разом через м'ясорубку із частою решіткою 2 рази. Додають вершкове масло або жир домашнього птаха, розводять до потрібної консистенції молоком або бульйоном, доводять до смаку сіллю й перцем, добре перемішують і оформляють у вигляді батончиків різної величини (залежно від призначення), зверху з кондитерського мішечка або паперового конвертика наносять прикраси з вершкового масла або маргарину. При подачі посипають рубленим яйцем і зеленню.

Кількість продуктів, г: печінка — 65, масло вершкове або жир домашнього птаха — 10, шпик — 16, цибуля ріпчаста — 5, морква — 5, яйце — 1/5 шт., молоко (бульйон) — 5, зелень — 3, сіль, перець. Вихід, г — 100.

Холодець м'ясний. Його можна приготувати з телячих або свинячих субпродуктів, із птаха або потрошків птаха, а також із суміші цих

продуктів. Підготовлені субпродукти розрубують, заливають холодною водою (2 л на 1 кг) і варять при слабкому кипінні від 3 до 8 год залежно від виду м'ясних продуктів. У процесі варіння необхідно видаляти з поверхні зайвий жир. За 2-2,5 години до кінця варіння можна покласти м'якоть яловичини, м'ясний обріз, діафрагму й т.д. Наприкінці варіння кладуть для аромату й смаку моркву, петрушку, цибулю ріпчаста, сіль, перець, лавровий лист. Коли м'ясні продукти готові (м'якоть повинна вільно відділятися від костей), їх виймають, бульйон проціджують, щоб не потрапили дрібні кості. М'якоть відокремлюють від костей, дрібно рубають або пропускають через м'ясорубку, з'єднують із процідженим бульйоном і кип'ятять 15-20 хв. Потім злегка охолоджують, додають розтертий із сіллю часник за смаком, розмішують, розливають у підготовлений посуд і охолоджують. При подачі нарізають на порційні шматки або виймають із форми, оформляють зеленню або овочевим гарніром. Окремо подають соус із хріну з оцтом або гірчицю.

Відварні м'ясні продукти з гарніром. Відварну шинку, окіст, рулет, солонину, яловичину, язик зачищають, нарізають тонкими широкими скибочками (по 2-3 скибочки на порцію), укладають на лоток або тарілку, звертаючи у вигляді дзвіночків, гарнірують маринованою білокачанною або червонокачанною капустою, свіжими або солоними помідорами й огірками, нарізаним і заправленим зеленим салатом. Прикрашають зеленню петрушки й красиво нарізаним желе. Окремо в соуснику подають соус із хріну з оцтом.

Кількість продуктів, г: м'ясні продукти — 75, язик без горловини — 112, гарнір — 150, желе — 25, зелень — 2, соус із хріну з оцтом — 30. Вихід, г — 200.

Рулет курячий «Сотай». Вихід 1 кг

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини
		Брутто
1	Стегна с/м	1100
2	Цибуля ріпчаста	150
3	Масло вершкове	90
4	Перець чорн. мелен.	1,5
5	Часник	30

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини
		Брутто
6	Сіль	5
7	Гірчиця в зернах	1
8	Фарш свіжий	600
9	Яйця курячі	2
10	Курага	90
11	Кріп зелений	5
12	Приправа до курки	10
Вихід		1000

Технологія приготування. Стегна курячі розбирають на філе без кістки, відбивають, заправляють сіллю, часником, перцем, приправою до курки. На середину викладають фарш свинячий, яйця, курагу, окріп зелений, смажену цибулю.

Загортають у вигляді рулету, потім загортають і перев'язують. Припускають рулет у бульйоні з курячих кісток протягом 1-1,5 години охолоджують і кладуть під гніт.

Пікантні конвертики з сиру, фаршировані шампіньйонами, шинкою та цибулею

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини, м
		Брутто
1	Сир твердий	159
2	Борошно пшеничне в/г	10
3	Яйця	1
4	Олія	22
Фарш		
5	Шампіньйони	131,5
6	Цибуля ріпчаста	72
7	Шинка	21
8	Масло вершкове	20
9	Вершки	40
10	Спеції	1,5
ВИХІД		300/100

Технологія приготування. Для приготування фаршу, ріпчасту цибулю та припущені гриби злегка підсмажують на вершковому маслі, додають нарізану скибочками шинку, вершки та спеції й тушкують до загуснення.

Сир нарізають тоненькими скибочками, викладають на їх середину фарш і загортають у вигляді трикутника, панірують у борошні, яйцях і смажать у фритюрі. При подачі соус подають окремо.

Ковбаска «Підкова на щастя». Вихід 10 порцій

№ з/п	Найменування сировини	Витрати сировини, м
		Брутто
1	Свинина (лопатка)	1 837
2	Часник	29
3	Приправа до ковбаси	10
4	Кишка тонка	100 см
5	Яйця	3 шт
6	Гірчиця в зернах	10
7	Олія	30
ВИХІД		1 000

Технологія приготування. Свинину нарізають дрібним кубиком, додають натертий та перемішаний з сіллю часник, приправу для домашньої ковбаси, яйця та гірчицю, все ретельно перемішують. Підготовлені тонкі кишки наповнюють фаршем і формують ковбаски довжиною 7—9 см перев'язуючи їх шпагатом, Ковбаски викладають на лист у вигляді підкови і ставлять для запікання в жарочну шафу, запікають при температурі 160—170°С протягом 15—20 хв. При подачі до ковбаски подають пасеровану цибулю.

Закуска «Делікатна»

Найменування продукту	Ваги
	Брутто
Кури	1 604 г
Для омлету:	
Яйця	10 шт.
Молоко	150 г

Найменування продукту	Ваги
	Брутто
Маргарин	30 г
Печінка куряча	
Петрушка	135 г
Маса омлету	
Напівфабрикат	
Жир тваринний	909 г
Яблука мариновані	909 г

Технологія приготування. З підготовлених курей знімають шкіру з м'якоттю. Філе зачищають, відбивають, заправляють сіллю, перцем.

Готують омлет фаршированний печінкою. На зняте з курки відбите філе рівномірно розділяють м'ясо, а по середині викладають омлет, усе скручують у вигляді рулету, потім загортають у марлю, перев'язують. Припускають рулет у бульйоні протягом 1 год. Охолоджують, кладуть під гніт.

Подають нарізаючи по 2—3 кус. на порцію з маринованими овочами. Окремо подають соус.

Розділ 2

ПРИГОТУВАННЯ БУЛЬЙОНІВ І СОУСІВ У СПОЖИВЧІЙ КООПЕРАЦІЇ



ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ БУЛЬЙОНІВ ДЛЯ СОУСІВ

При виробництві соусів застосовують кісткові, м'ясо-кісткові, рибні, грибні бульйони й овочеві відвари. Бульйонами називаються екстракти, отримані при варінні м'ясних і рибних продуктів, костей і грибів. Бульйони мають невисоку калорійність, але завдяки екстрактивним речовинам, що втримуються в них, мають властивість впливати на травні залози й викликати апетит.

Кістковий бульйон. Для кісткового бульйону сировиною служать яловичі тазові, трубчасті, грудні, хребетні, реберні, лопаткові кості, а також свинячі, телячі, баранячі й кістки кроликів, домашнього птаха. Після промивання кістки розрубують на шматки розміром 3—5 см. Для поліпшення смаку й зовнішнього вигляду кісткового бульйону здрібнені кістки обсмажують у духовій шафі (при температурі 160—170 °С до появи ясно-коричневого кольору) з додаванням коренів і цибулі. Бульйон, приготовлений з використанням обсмажених костей, називається коричневим і використовується для виробництва червоних соусів, які мають різні відтінки — від червоного до коричневого.

Підготовлені кістки закладають у каструлю, заливають холодною водою з розрахунку 2,0-2,5 л на 1 кг костей і варять при слабкому кипінні протягом 3-4 годин у відкритому посуді.

При сильному кипінні відбувається емульгування жиру, що потім омилюється й надає бульйону сального смаку. Крім того, при бурхливому кипінні пластівці піни розпадаються на дрібні частки, бульйон стає мутним. У процесі варіння бульйонну піну й надлишок жиру кілька разів знімають, щоб не відбулося описаних вище явищ. Для поліпшення аромату й смаку кісткових бульйонів у них додають злегка підпечені цибулю, моркву, петрушку, селеру. Можна використати обрізки овочів, стебла петрушки, селери, зелену цибулю, цибулю-порей. Овочі закладають за 40 хв. до закінчення варіння бульйону. Загальна тривалість варіння бульйону з яло-

вичих костей 4 год., бульйону з телячих і свинячих костей —2—3 год. При більш тривалому варінні якість бульйону погіршується. По закінченні варіння з поверхні бульйону видаляють жир, а потім бульйон проціджують. Коричневий бульйон, приготований з підсмажених костей, має явно виражений м'ясний смак і коричневий колір, запах коріння. Для одержання 1 л коричневого бульйону беруть 750 г костей, 14 — ріпчастої цибулі, 15 — моркви, 16 г петрушки (корінь), спеції, сіль. Білий бульйон має слабко виражений м'ясний смак і білий колір. Жовтий кістковий бульйон готують із необсмажених костей, які попередньо промивають, подрібнюють, заливають холодною водою, узятою з розрахунку 2,0 л на 1 кг костей, закривають каструлю кришкою й доводять до кипіння, коли бульйон закипить, відкривають кришку каструлі, видаляють піну, а кістки, при слабкому кипінні, варять протягом 2–3 год. У процесі варіння з поверхні бульйону кілька разів знімають жир, який можна використати для пасерування овочів, а за 1—1,5 год. до закінчення варіння в бульйон кладуть сиру цибулю і нарізані корені. По закінченні варіння білий кістковий бульйон протягом 15-20 хв. відстоюється, а потім проціджується. Для білих соусів використовуються також бульйони, отримані при варінні й припусканні телятини, яловичини, баранини, курей і інших м'ясних продуктів, для яких ці соуси призначені.

Рибний бульйон. Для варіння рибних бульйонів використовують дрібну рибу (окунів, йоржів і ін.), але переважно використовують рибні харчові відходи — голови, хвости кістки, плавці, шкіру. Голови коропових і оселедцевих риб не використовують, тому що бульйони з них виходять несмачними.

Оброблену дрібну рибу варять цілою, а велику нарізають на шматки. Великі кістки й голови розрубують на частини; у голів попередньо видаляють зябра й очі. Підготовлені харчові відходи або рибу кладуть у каструлю, заливають холодною водою, швидко доводять до кипіння, зменшують нагрівання, додають сирий ріпчастий цибулю та петрушку, сіль і варять 50–60 хв., знімаючи піну й жир. При варінні бульйону з голів осетрових риб, через годину після початку варіння їх виймають, відокремлюють м'якоть, а хрящі продовжують варити до м'якості. Готовий бульйон відстоюють протягом 30 хв., щоб осіли зважені часточки й збільшився вміст екстрактивних речовин у ньому, потім бульйон проціджують. Для одержання 1 л рибного бульйону беруть 750 г рибних харчових відходів, 14 — цибулі ріпчастої, 16 — петрушки або селери, 1250 г води.

Грибний бульйон. Сушені гриби перебирають, ретельно промивають. Рекомендуються гриби перед промиванням залити холодною водою на 10—15 хв, щоб відмокла присохла земля, потім промивають кілька разів, міняючи воду. Промиті гриби заливають холодною водою з розрахунку 7 л на 1 кг сушених грибів, залишають для набрякання на 3—4,5 год. Після цього гриби виймають, рідині дають відстоятися, проціджують її й у ній варять гриби 1—4,5 год. Готовий бульйон про-

ціджують, гриби промивають теплою водою й нарізають. Грибний бульйон варять без солі. Грибні бульйони мають своєрідний смак і містять значну кількість екстрактивних азотистих речовин.

Концентровані бульйони. Часто виготовляють концентровані м'ясні й рибні бульйони. При приготуванні цих бульйонів на 1 кг м'ясних або рибних продуктів беруть 1,25 л води. Вихід бульйону становить 1 л. Концентрований бульйон розводять кип'яченою водою в 5-кратному обсязі й кип'ятять перед закладкою продуктів.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ БОРОШНЯНИХ І ОВОЧЕВИХ ПАСЕРУВАНЬ

До складу соусів уводять пшеничне борошно. Завдяки додаванню пшеничного борошна вони здобувають більше густу консистенцію. Для надання борошну характерних смаку та кольору, його попередньо обсмажують — пасерують без жиру або з жиром, в останньому випадку на 1 кг борошна беруть 800 г жиру.

Розрізняють червоне й біле борошняне пасерування. Червоне пасерування використовується для приготування соусів червоних кольорів, біле — для соусів білих кольорів. Обсмаження борошна в духовій шафі забезпечує більш інтенсивне рівномірне нагрівання, чим обсмаження на відкритій поверхні.

Пасерування пюре. Пюре, призначене для приготування соусу, пасерують з додаванням 5—10 % жиру до маси томату. У сотейнику розтоплюють масло або маргарин вершковий, додають протерте через сито пюре й пасерують протягом 30-50 хв. залежно від кількості пюре. Під час пасерування масу перемішують веселкою.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СОУСІВ З ДОДАВАННЯМ БОРОШНА

Ця група соусів найпоширеніша в домашньому харчуванні. Нижче наводяться технологія приготування й рецептура соусів на борошні.

ЧЕРВОНІ СОУСИ НА КОРИЧНЕВОМУ БУЛЬЙОНІ

Соус червоний основний. З обсмажених м'ясних костей готують коричневий бульйон. Частину цього бульйону (1/2 вливають в окремий посуд, охолоджують приблизно до 50 °С), потім всипають просіяне,

пасероване без жиру пшеничне борошно (червоне пасерування), охолоджене до 60—70 °С і розмішують дротовим вінчиком так, щоб вийшла однорідна маса без грудочок. В інший бульйон закладають пасеровані томат-пасту, коріння й цибулю, нагрівають до кипіння, потім вливають бульйон, змішаний з борошном, розмішують і, періодично помішуючи, варять при слабкому кипінні протягом години. По закінченні варіння додають цукор, соус підфарбовують паленим цукром і проціджують; овочі, що залишилися на ситі, протирають і з'єднують із соусом. Соус червоний основний використовується як основа для приготування різних похідних червоних соусів — з цибулею, грибами, вином, оцтом, гірчицею й іншими продуктами, приправами й спеціями.

Кількість продуктів, г: бульйон коричневий — 100, кулінарний жир — 3, морква — 8, петрушка (корінь) — 2, цибуля ріпчаста — 4, борошно пшенична — 5, пюре — 15, цукор — 2. Вихід, г — 100.

Соус цибульний. Цибулю дрібно шаткують і злегка пасерують на столовому маргарині так, щоб колір цибулі не змінився. У пасеровану цибулю вливають оцет, закладають перець горошком, лавровий лист і кип'ятять 8—10 хв. Після цього вливають червоний основний соус і варять 10—15 хв. Цей соус можна також готувати з додаванням відвару грибів. Цибульний соус використовують для тушкування м'яса, подають до м'ясних биточків і котлет; крім того, під цим соусом запікають м'ясо.

Кількість продуктів, г: червоний основний соус — 85, маргарин — 4, цибуля ріпчаста — 30, оцет 9 % — 7. Вихід, г — 100.

Соус червоний з цибулею і огірками (пікантний). Дрібно нарубану ріпчасту цибулю пасерують на маргарині до напівготовності, додають оцет, перець горошком, лавровий лист і кип'ятять протягом 8—10 хв, підучену суміш з'єднують із червоним основним соусом, кладуть сіль, варять 10—15 хв при слабкому кипінні, після чого заправляють соусом «Південний» і додають дрібно нарізані припущенні мариновані або солоні огірки. Соус заправляють маргарином. Цибульний соус (пікантний) подають до філе, лангетам, биточкам і котлетам з рубаного м'яса.

Кількість продуктів, г: червоний основний соус — 85, маргарин — 4, цибуля ріпчаста — 30, оцет 9 % — 7,огірки — 13, соус «Південний» — 3. Вихід, г — 100.

Соус червоний з цибулею і грибами (мисливський). У дрібно нарубаний пасерований ріпчаста цибулю додають варені гриби, перець

горошком, лавровий лист і все разом пасерують 5—6 хв. Потім вливають біле сухе виноградне вино й уварюють його на 1/3, після чого з'єднують із червоним основним соусом, кладуть сіль і варять 10—15 хв. при слабкому кипінні. Заправляють соус маргарином. Цибульний соус із грибами використовують при запіканні овочів, риби, м'яса, подають до смаженої дичини, натуральних смаженим котлет.

Кількість продуктів, г: червоний основний соус — 80, маргарин — 3, кулінарний жир — 4, цибуля — 18, гриби свіжі — 13, біле сухе виноградне вино — 7, петрушка (зелень) — 2, естрагон — 3. Вихід, г — 100.

Соус червоний із грибами й помідорами. Ріпчасту цибулю і гриби нарізають і окремо пасерують. Пасеровані цибулю і гриби з'єднують із червоним соусом і варять при слабкому кипінні 15-20 хв. Заправляють соус сіллю, лимонною кислотою або лимонним соком, маргарином. Перед закінченням варіння в соус додають часточки помідорів і зелень естрагону. Соус зі свіжими грибами подається до страв зі смаженого й рубаного м'яса.

Кількість продуктів, г: червоний основний соус — 75, гриби свіжі — 9, цибуля — 28; кулінарний жир — 5, естрагон — 3, помідори свіжі — 8, вино (біле сухе) — 5, маргарин столовий — 2. Вихід, г — 100.

СОУСИ НА БІЛОМУ БУЛЬЙОНІ

Найпоширенішими в цій групі є наступні соуси.

Соус білий основний. Гаряче біле борошняне пасерування поступово розводять білим бульйоном, безупинно помішуючи, щоб не утворилося грудочок. Після цього в соус кладуть нарізані цибулю, петрушку й варять 25—30 хв. при слабкому кипінні, часто помішуючи лопаткою щоб уникнути пригоряння. Готовий соус солять і проціджують. Білий соус використовують для приготування похідних соусів або як самостійний, заправляючи лимонною кислотою й жиром.

Кількість продуктів, г: м'ясний бульйон —110, борошно — 5, маргарин — 5, цибуля — 4, петрушка (корінь) — 3. Вихід, г — 100.

Соус паровий. У білий соус додають кислоту лимонну, доводять до кипіння й вливають підготовлене вино. Соус заправляють вершковим маслом або маргарином. Паровий соус подають до варених і припу-

щенних м'ясних страв — курей, курчат, телятини, котлет з телятини, дичини й т.п.

Кількість продуктів, г: білий соус — 95, масло вершкове —5, вино (біле сухе) — 5. Вихід, г — 100.

Соус білий з яйцем. Сирі яєчні жовтки й шматочки вершкового масла кладуть у глибокий сотейник, наливають вершки або бульйон і нагрівають, безупинно помішуючи веселкою. Коли суміш нагріється до температури 60—70 °С, знімають посуд із плити й, не перестаючи помішувати веселкою, вливають гарячий білий соус. У приготовлений соус додають сіль, перець, лимонний сік або лимонну кислоту, мускатний горіх, розмішують, а потім проціджують. Білий соус із жовтками подають до м'ясних варених і припущенних страв — баранині, телятині, курятини, курчатам, дичині.

Кількість продуктів, г: білий соус основний — 90, яйце (жовтки) — ¼ шт., вершки або бульйон — 8, масло вершкове — 8, лимонна кислота — 0,1, мускатний горіх — 0,1. Вихід, г — 100.

Соус томатний. Гаряче біле жирове пасерування розводять білим бульйоном, потім додають пасероване з кореннями й цибулею пюре, цукор, лимонну кислоту, перець горошком, лавровий лист, сіль і варять 25–30 хв. Соус проціджують, нагрівають до кипіння й заправляють маргарином. Томатний соус додають до деяких м'ясних страв. Соус, не заправлений маргарином, є основою для приготування томатних соусів з різними продуктами, приправами, вином.

Кількість продуктів, г: бульйон — 70, маргарин — 6, морква — 6, цибуля — 4, петрушка (корінь) — 3, пюре — 35, цукор — 1. Вихід, г — 100.

Соус томатний із грибами. Дрібно нашаткований ріпчаста цибулю пасерують, а свіжі гриби нарізають тонкими скибочками й обсмажують на маргарині або вершковому маслі. Після цього них кладуть у гарячий томатний соус, вливають біле сухе вино, додають перець горошком і варять 10—15 хв. У готовий соус кладуть дрібно нарубаний часник і заправляють вершковим маслом. Томатний соус із грибами подають до філе, лангету, м'ясним котлетам, биточкам, антрекоту, вареному м'ясу, а також до страв з телятини й домашнього птаха.

Кількість продуктів, г: томатний соус — 80, масло вершкове — 3, маргарин — 5, гриби свіжі — 16, біле вино виноградне — 5, цибуля ріпчаста — 18, часник — 1. Вихід, г — 100.

Соус білий із щавлем. У соус білий основний додають щавель, нарізаний соломкою й припущенний з маслом, варять 3-5 хв., заправляють вином. Подають до страв з відварного м'яса й птаха.

Кількість продуктів, г: соус білий основний — 90, щавель — 6, вино біле сухе — 5, масло вершкове — 5. Вихід, г — 100.

СОУСИ НА РИБНОМУ БУЛЬЙОНІ

Найпоширенішими соусами цієї групи є:

Соус білий основний. Гаряче біле борошняне пасерування розводять гарячим рибним бульйоном і варять 45-50 хв. Готовий соус солять, після чого проціджують. Білий соус основний використовують для приготування похідних соусів.

Кількість продуктів, г: бульйон рибний — 110, борошно — 5, цибуля — 4, петрушка (корінь) — 3, маргарин — 5. Вихід, г — 100.

Соус паровий. У білий рибний соус закладають маргарин шматочками й вимішують доти, поки жир не з'єднається із соусом. Потім соус заправляють лимонним соком або лимонною кислотою, перцем, сіллю й проціджують через серветку або марлю.

Кількість продуктів, г: білий соус основний — 95, масло вершкове або маргарин столовий —5, лимонна кислота — 0,1, вино (біле сухе) — 5. Вихід, г — 100.

Соус білий з розсолом. У білий рибний соус наприкінці варіння додають біле виноградне вино, прокип'ячений, проціджений огірковий розсіл і варять протягом 6—10 хв. Готовий соус заправляють сіллю, меленим перцем, вершковим маслом і проціджують. Соус-розсіл подається до припущенної або вареної риби.

Кількість продуктів, г: масло вершкове або маргарин — 7, білий соус — 95, огірковий розсіл — 15, лимонна кислота —0,1. Вихід, г — 100.

СОУСИ НА ГРИБНОМУ БУЛЬЙОНІ

Соус грибний. Гаряче червоне пасерування розводять грибним бульйоном, добре розмішують, солять, кип'ятять 7-10 хв., після чого дода-

ють дрібно нарубані або нашатковані зварені й обсмажені гриби й пасеровану цибулю. Грибний соус подається до страв з картоплі, круп, котлетам, биточкам, запіканкам, а також до м'ясних котлет, биточків.

Кількість продуктів, г: гриби сушені — 3, вода — 92, маргарин — 4, цибуля — 30, борошно — 4, маргарин — 5. Вихід, г — 100.

Грибний соус із цибулею і томатом. Готовий грибний соус з'єднують із пасерованим пюре, додають перець горошком, лавровий лист і варять 10—15 хв. Грибний соус із цибулею і томатом подають до картопляних і круп'яних котлет, биточків, крокетів і картопляного рулету.

Кількість продуктів, г: грибний соус — 90, пюре — 11, маргарин — 4. Вихід, г — 100.

Соус грибний кисло-солодкий. У грибний соус додають перебрані, добре промиті родзинки, чорнослив без кісточок, цукор, пасероване пюре, оцет 9 % і кип'ятять 10–15 хв. У цей соус оцет можна не додавати. Грибний соус кисло-солодкий подають до котлет, биточків, крокетів з картоплі, а також із круп.

Кількість продуктів, г: грибний соус із томатом — 95, чорнослив — 4, родзинки — 3, цукор — 1, оцет 9 % — 1. Вихід, г — 100.

СОУСИ НА СМЕТАНІ

Соус сметанний з цибулею. Дрібно нашатковану ріпчасту цибулю пасерують на маслі до готовності, з'єднують із гарячим сметанним соусом і варять 5–7 хв. Додають сіль і розмішують. Сметанний соус із цибулею подають до лангету, виробів з котлетної маси й ін.

Кількість продуктів, г: сметанний соус — 55, цибуля ріпчаста — 30, соус «Південний» — 3, масло вершкове — 3. Вихід, г — 100.

Соус сметанний із хріном. У натертий хрін, злегка пасерований на маслі так, щоб колір його не змінився, кладуть перець горошком, лавровий лист, вливають оцет і кип'ятять. Після цього суміш з'єднують зі сметанним гарячим соусом, солять і варять 5-7 хв. Соус із хріном подають до відварного м'яса, язика, рулету.

Кількість продуктів, г: сметанний соус — 80, масло вершкове або маргарин — 5, оцет 9 % —7, хрін (корінь) — 31. Вихід, г — 100.

Соус сметанний з томатом (козацький). Пюре протирають через сито, упарюють до половини первісного обсягу й змішують із заправленим сметанним соусом. Подають до страв зі смаженого м'яса, дичини.

Кількість продуктів, г: соус сметанний —95, пюре —10. Вихід, г —100.

МОЛОЧНІ СОУСИ

Молочні соуси наготовлюють із молока й білого пасерування з додаванням спецій. Залежно від призначення молочні соуси можуть бути різної густоти.

Соус молочний. Біле гаряче пасерування розводять гарячим молоком, безупинно помішуючи веселкою, кладуть сіль і кип'ятять 5—7 хв. У соус середньої густоти можна додати сирі яєчні жовтки, а в рідкий соус, крім солі, кладуть цукор. Призначені для запікання продукти, наприклад варену цвітну капусту, заливають соусом з температурою 35—40 °С. При більше низькій температурі соус стає густим, що не дає можливості залити продукт, що запікається. Густий молочний соус використовують як начинку для фаршированих котлет з філе курей або дичини, крокетів і т.п.; соус середньої густоти вживають для запікання овочів, м'яса, риби; рідкий соус подають до гарячих овочів і круп'яних страв.

Кількість продуктів, г: молоко — 75, борошно — 5, масло вершкове — 5, бульйон або вода — 25. Вихід, г — 100.

Соус молочний (солодкий). Наготовлюють цей соус так само, як соус молочний рідкий, але додають у нього більше цукру й ваніліну, попередньо розчиненого в невеликій кількості гарячої води.

Кількість продуктів, г: молоко — 75, борошно — 4, масло вершкове — 4, цукор — 10, ванілін — 0,05, вода — 25. Вихід, г —100.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ЯЄЧНО-МАСЛЯНИХ СОУСІВ

Яєчно-масляні соуси мають високу калорійність, тому їх найчастіше використовують до відварених овочів, риби, м'яса. Найбільше часто використовують соус польський, сухарний, соус голландський, що готується декількома способами. До цієї ж групи відносять масляні

суміші — зелене масло, ракове масло, кількове масло, які використовують для бутербродів, оформлення й поліпшення смаку м'ясних і рибних продуктів. Нижче приводиться технологія найпоширеніших яєчно-молочних соусів.

Соус польський. У розтоплене вершкове масло додають дрібно нарізані або рубані круті варені; яйця, сіль (якщо масло несолоне), лимонну кислоту або лимонний сік, дрібно нарізану зелень петрушки й перемішують. Польський соус подається до страв з відварної риби.

Кількість продуктів, г: масло вершкове — 33, яйце — 1/2 шт., зелень петрушки — 3, лимонна кислота — 0,2; бульйон рибний — 45, масло вершкове — 2, борошно — 3. Вихід, г — 100.

Соус сухарний. Вершкове масло розтоплюють, відокремлюють від відстою, проціджують, додають підсмажені пшеничні мелені сухарі, лимонну кислоту або лимонний сік, сіль і розмішують. Сухарний соус подається до варених овочів, цвітної, брюссельської капусти, спаржі, артишоків і т.п.

Кількість продуктів, г: масло вершкове — 80, сухарі пшеничні — 30, лимонна кислота — 0,2. Вихід, г — 100.

Соус голландський (1-й спосіб). У глибокий сотейник вливають сирі яєчні жовтки й холодну воду, додають нарізане шматочками вершкове масло й варять все це при безперервному помішуванні лопаткою або віночком. Як тільки суміш злегка загустіє, нагрівання припиняють і заправляють соус сіллю, лимонним соком або лимонною кислотою.

Соус голландський (2-й спосіб). Яєчні жовтки проварюють із водою, як описано вище, але без масла. Коли утвориться сметаноподібна маса, нагрівання припиняють і, безупинно помішуючи, вливають у неї тонким струменем розтоплене вершкове масло без сироватки. Заправляють соус сіллю й лимонним соком.

Голландський соус подається до цвітної капусти, спаржі, земляної груші, артишоків, до відварних рибних страв.

Кількість продуктів, г: яйце (жовток) — 1 шт., масло вершкове —40, вода —7, борошно — 4, масло вершкове — 4, бульйон або відвар —50, кислота лимонна —0,1. Вихід, г — 100.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СОЛОДКИХ СОУСІВ

Солодкі соуси наготовлюють зі свіжих зрілих яблук, абрикосів, персиків і інших фруктів, а також з різних ягід — малини, полуниці, суниці, смородини й т.п. Крім того, їх готують із ваніліном, шоколадом, какао й вином — червоним, білим, мускатом, мускателем, ромом, коньяком і лікером. Подають солодкі соуси до різних солодких страв — макаронних виробів, рисових і манних котлет, пудингів, запіканок, млинчиків, оладків, каш, кремів, круту із фруктами. Солодкі соуси подаються в гарячому й холодному вигляді.

Соус яблучний. Підготовлені яблука кладуть у посуд, вливають воду (1/3 норми), закривають кришкою, припускають до готовності й протирають через сито. В отримане яблучне пюре кладуть цукор, вливають воду, що залишилася, і кип'ятять. Через 5-7 хв. додають при швидкому помішуванні лопаткою картопляний крохмаль, заздалегідь розведений охолодженою кип'яченою водою, й доводять до кипіння, подають соус холодним або гарячим. Цей соус можна приготувати із сушених яблук. Яблучний соус подають до каш, запіканок з рису, пшона, макаронних виробів, пудингів, млинчиків, круту із фруктами.

Кількість продуктів, г: яблука —26, вода — 80, цукор — 13, картопляний крохмаль — 3, кориця мелена — 0,1, кислота лимонна — 0,1. Вихід, г — 100.

Сироп «ягідний». Свіжі ягоди (полуницю, малину) перебирають і протирають через сито. У ягідне пюре кладуть цукор, вливають воду, нагрівають до кипіння й варять 15-20 хв., охолоджують. Подають соус холодним або гарячим. Соус зі свіжих ягід подається до каш, запіканок, пудингів, млинчиків.

Кількість продуктів, г: свіжі ягоди — 60, цукор — 60, вода — 20. Вихід, г — 100.

Соус ягідний. Журавлину, смородину або вишню розминають, в отримане пюре додають холодну кип'ячену воду (100 г на 100 г ягід) і сік відокремлюють від мезги. Полуницю, малину або ожину протирають, сік зливають. Мезгу заливають п'ятикратною кількістю гарячої води й кип'ятять 3-5 хв. Відвар проціджують, з'єднують із цукром, лимонною кислотою й, довівши його до кипіння, вливають крохмаль, розведений чотириразовою кількістю холодної кип'яченої води. Після заварювання крохмалю в соус відразу ж вливають ягідний сік, розмі-

шують і охолоджують. Аґрус, абрикоси, сливи варять у невеликій кількості води 7—10 хв., після чого проціджують і одночасно протирають через сито. В отриманий відвар додають цукор, розведений крохмаль і доводять до кипіння.

Кількість продуктів, г: журавлина — 10, або полуниця — 12, або малина — 14, або ожина — 13, або смородина чорна — 10, або абрикоси — 14, або вишня — 13, або слива — 12, цукор — 10, крохмаль — 5, кислота лимонна — 0,2. Вихід, г — 100.

Соус майонез. Жовтки розтирають із сіллю, цукром і готовою гірчицею. Потім, безупинно збиваючи дерев'яною веселкою в одну сторону, поступово вливають рослинне рафіноване масло. В отриману однорідну густу масу додають оцет.

Кількість продуктів, г: олія рослинна рафіноване — 75, яйце (жовток) — 1 шт., гірчиця готова — 3, цукор — 2, оцет 9 % — 5. Вихід, г — 100.

Соус майонез зі сметаною. У готовий соус майонез додають сметану й перемішують.

Кількість продуктів, г: соус майонез — 45, сметана — 55. Вихід, г — 100.

Соус провансаль. Правою рукою розтирають у ступці дерев'яною ложкою часник, лівої додають по краплях рослинну олію, коли суміш стане густою, вливають лимонний сік.

Кількість продуктів, г: часник — 20, олія рослинна — 65, сік лимонний — 15. Вихід, г — 100.

Приправа святкова. Горіхи подрібнюють і змішують із протертою журавлиною. Ця приправа може перетворити в «царську страву» будь-які овочі.

Кількість продуктів, г: горіхи — 110, журавлина — 60. Вихід, г — 100.

Підлива бессарабська. Жовтки крутозварених яєць розтирають із рослинною олією, вливаючи його поступово тонким струменем, додають потроху сік лимона, терту цибулю, вершки, мед, дрібно рубані огірки, зелень. Перед уживанням охолоджують.

Кількість продуктів, г: жовток 1/2 шт., олія рослинна — 40, сік лимонний — 20, цибуля — 12, вершки — 10, мед —

5, огірки свіжі — 20 або солоні — 25, зелень — 10. Вихід, г — 100.

Заправка для салатів. Оцет змішують із рослинною олією, сіллю, цукром, меленим перцем.

Кількість продуктів, г: олія рослинна — 35, цукор — 5, оцет 3 % — 65, перець — 0,2, сіль — 2. Вихід, г — 100.

Заправка гірчична. Яєчні жовтки (варені), гірчицю, сіль, цукор, мелений перець збивають із рослинною олією, розводять оцтом і проціджують.

Кількість продуктів, г: олія рослинна—40, гірчиця столова — 10, цукор — 5, оцет 3 % — 45. Вихід, г — 100.

Маринад овочевої з томатом. Моркву, петрушку (корінь), цибулю нарізають соломкою й пасерують на рослинній олії. Перед закінченням пасерування додають пюре, оцет, рибний бульйон, спеції, сіль і варять 15-20 хв. Подають до смаженої риби в холодному вигляді.

Кількість продуктів, г: олія рослинна — 10, цукор — 3, оцет 3 % — 30, морква — 62, цибулю — 24, пюре —20. Вихід, г — 100.

Соус хрін з оцтом. Очищених корінь хріну натирають на тертці, заливають окропом, охолоджують. Потім додають оцет, сіль і витримують у холодному вигляді — 2-3 год.
У соус можна додавати варений подрібнений буряк або томатний сік.

Кількість продуктів, г: хрін — 47, цукор — 2, сіль — 2, оцет 9 % — 25, буряк — 15 або томатний сік — 20. Вихід, г — 100.

Масло зелене. У розм'якшене вершкове масло додають дрібно рубану зелень петрушки, лимонний сік, добре перемішують, формують у вигляді ковбасок, батончиків, охолоджують.

Кількість продуктів, г: масло вершкове — 85, зелень петрушки — 20, лимонний сік — 1. Вихід, г — 100.

Масло кількове. Філе кільок подрібнюють, змішують із вершковим маслом, формують у вигляді батончиків і охолоджують.

Кількість продуктів, г: масло вершкове — 80, кілька — 32. Вихід, г — 100.

Масло сирне. Розм'якшене вершкове масло збивають із натертим сиром, охолоджують.

Кількість продуктів, г: масло вершкове — 80, сир — 20. Вихід, г — 100.

Лимонне масло. Рослинну олію збивають, поступово вливаючи сік лимона. Потім додають дрібно нарізаний часник, гірчичний порошок. Розмішують.

Кількість продуктів, г: олія рослинна — 65, лимонний сік — 25, часник — 10, порошок гірчиці — 3. Вихід, г — 100.

Оригінальні приправи:

- сік лимона збивають із 2 ч. ложками соняшникової олії й 1 ч. ложкою меду;
- сік лимона збивають із медом (1 ч. ложка), додають 2 ст. ложки сметани або вершків;
- сік лимона з'єднують із тертим хріном і медом;
- сік лимона збовтують із 3 ст. ложками сметани, зубком здрібненого часнику, 1/2 ст. ложки нарубаної цибулі й 1 ст. ложкою рослинної олії.

Розділ 3

ЧУМАЦЬКІ ЮШКИ: ПЕРШІ СТРАВИ ТА СУПИ



УСЕ ПРО СУПИ

Супи дуже впливають на організм людини: викликають посилене виділення травних соків, сприяють підвищенню апетиту й засвоюваності їжі, поповнюють організм людини необхідної для нього рідиною (20 % добової потреби у воді) і живильними речовинами.

В основу класифікації перших страв покладені три ознаки: температура при подачі; способи приготування; вид рідкої основи.

По температурі подачі супи розподіляють на гарячі й холодні. Гарячі супи подають при температурі 75—85 °С, холодні — 10—15 °С.

По виду рідкої основи супи бувають на м'ясному, кістковому, рибному, грибному бульйоні, на овочевих і фруктових відварах, на молоці й на квасі. Найпоширенішими є гарячі супи. Їх підрозділяють на чотири підгрупи: заправні, пюреподібні, прозорі й молочні. Із цих супів найчастіше готують заправні (овочеві, круп'яні, борошняні й бобові).

Холодні супи підрозділяють на дві підгрупи: на хлібному квасі й солодкі.

Напівфабрикатами для різних супів є бульйони, пасероване коріння й борошно.

ПРИГОТУВАННЯ ЗАПРАВНИХ СУПІВ

Залежно від використовуваних продуктів і технології приготування заправні супи ділять на борщі, щі, розсольники, солянки, супи з картоплею, крупами, борошняними й макаронними виробами. Їх варять на різних бульйонах, овочевих і круп'яних відварах, а також на молоці. Характерною рисою заправних супів є те, що їх заправляють пасерованим кореннями, а щі й борщі — пасерованим борошном. Для багатьох із цих супів використовують заправку у вигляді білого соусу.

Якість заправних супів значною мірою визначається якістю бульйону, послідовністю закладки й теплового режиму в процесі варіння продуктів, правильним застосуванням ароматичних коренів і спецій. Тому при виготовленні й подачі таких супів слід дотримуватися на-

ступних правил: продукти закладати тільки в киплячу воду з урахуванням часу їхнього варіння, щоб вони були готові одночасно; варити супи необхідно в закритому посуді. Строки варіння деяких продуктів наведені в таблиці 1.

При варінні супів, до складу яких входять, наприклад, квашена капуста, солоні огірки, щавель, що містять велику кількість органічних кислот, у першу чергу треба закладати картоплю, а тільки через кілька хвилин — продукти, що містять кислоту (тому що картопля в кислому середовищі погано розварюється й залишається твердою). Морква, ріпчаста цибуля, пюре закладають у пасерованому вигляді, а буряк і квашену капусту — тушкованими.

ТРИВАЛІСТЬ ТЕПЛОВОЇ ОБРОБКИ ПРОДУКТІВ

Продукт	Вид обробки	Середня тривалість теплової обробки, хв
Картопля, нарізана брусочками, кубиками	Варіння в бульйоні	12—15
Бадилля буряка	Варіння у воді, бульйоні	7—10
Буряк, нарізаний соломкою	Припускання	30
Морква, нарізана скибочками	Пасерування	10—20
Капуста білокачанна шинкована	Варіння у воді	20—30
Шпинат	Варіння	8—10
Щавель	Варіння	5—7
Шпинат, щавель	Припускання	8—12
Цибулю-порей шинковану	Пасерування	15—20
Горох овочевої (лопатка) свіжий	Варіння	10—15

При пасеруванні овочі доводять до напівготовності: їх кладуть у суп за 10—15 хв. до його готовності. Довго варити пасеровані овочі не рекомендується, тому що вони можуть втратити свій аромат. Лавровий лист і перець кладуть у суп безпосередньо перед закінченням варіння.

Щі й борщі заправляють борошняним пасеруванням, що надає їм більшу густоту і є стабілізатором вітаміну С. Борошно для супів пасерують (з жиром і без нього) для того, щоб усунути запах сирого борошна й властиву їй клейкість.

Для ароматизації супів кладуть спеції: лавровий лист, перець чорний горошком, сіль. Їх закладають у суп за 5-10 хв. до закінчення ва-

ріння. Спеції не повинні заглушати природного приємного запаху м'ясного бульйону, овочів і інших продуктів, що входять у суп.

Супи варять при слабкому кипінні. Зварений суп на 10—15 хв. залишають без кипіння, щоб жир сплив і зробився прозорим, а суп настоявся й набув властивого йому смаку і аромату. Суп повинен мати також гарний зовнішній вигляд і відповідне оформлення. При подачі в тарілку або супову миску, відповідно до рецептури, кладуть шматочки м'яса, риби, шинковані гриби, наливають суп, посипають шинкованою зеленню петрушки, кропу або зеленою цибулею, кладуть сметану (можна подати окремо в соуснику). На порцію кладуть 25, 35 або 50 г м'ясних або рибних продуктів, 10 г сметани, 2 г зелені.

Борщі. Ця страва поширена в самих різних куточках України і є головною першою стравою національної кухні. Основну масу овочів у борщах становлять буряк і капуста. Борщі — гарний збудник апетиту, цінні як джерело вітамінів і різноманітних мінеральних речовин, мають гарне малиново-червоне забарвлення й приємний кисло-солодкий смак. Їх готують на м'ясному й грибному бульйонах, а також на овочевих відварах. Подають зі сметаною й зеленню.

Буряк для борщу можна підготувати двома способами: якщо він добре забарвлений, його нарізають і тушкують; слабозабарвлений варять цілими коренеплодами, а потім нарізають. Найбільш популярні — борщ український, борщ полтавський з галушками, борщ флотський і ін.

Щі. Цю страву готують головним чином у північних і центральних районах Росії. У них основною складовою частиною овочевого гарніру є свіжа або квашена білокачанна, а також савойська капуста. Крім того, страву можна готувати зі шпинату й щавлю, молодої кропиви, капустяної розсади. Щі готують із м'ясом, рибою, грибами, а також на воді або овочевих відварах. Рибний бульйон найчастіше використовують для приготування щів із квашеної капусти. Кисле середовище сприяє збереженню вітаміну С. Крім того, борошняне пасерування, що входить у рецептуру багатьох щів, є стабілізатором вітаміну С. Щі із квашеної капусти часто готують із жирними м'ясними продуктами. Для приготування щів квашену капусту попередньо гасять. Для цього її перебирають, великі шматки качанів і моркви шаткують, а капусту віджимають. Дуже кислу капусту промивають у холодній воді й віджимають. Якщо квашена капуста занадто кисла, то щі з неї варять із додаваннями свіжої капусти. Підготовлену капусту кладуть у посуд, додають жир, пюре, невелику кількість бульйону й тушкують протягом 1,5—2,5 год. під закритою кришкою на слабкому вогні. Перед закінченням тушкування в капусту додають пасеровані корені і цибулю, які нарізають відповідно до форми нарізки капусти — соломкою або кубиками. Чим м'якша тушкована капуста, тим кращі її смакові якості. Характерною рисою щів із квашеної капусти є те, що вони зберігають свої смакові якості при повторному кип'ятінні.

При подачі м'ясних щів у тарілку кладуть шматок вареного м'яса, наливають щі й додають сметану й зелень. Щі на рибному бульйоні подають зі шматком вареної риби, головизною, хрящами, сметаною й зеленню.

До щів зі свіжої капусти добре подати ватрушки із сиром, пиріжки, шматок пирога, кулеб'яку. Смак щів із квашеної капусти добре сполучається із гречаною розсипчастою кашею або гречаними коржами.

Найбільш популярні щі зі свіжої капусти, щі добові, щі зелені.

Розсольники. Поряд з борщами й щами розсольники також широко поширені в нашому харчуванні. До їх складу обов'язково входять солоні огірки. Наприкінці приготування розсольники заправляють огірковим розсолом. Страву готують на м'ясному, рибному й, рідше, грибному бульйонах. Ароматизують його білим корінням (петрушка, пастернак, селера). Морква може входити тільки в деякі різновиди розсольників (ленінградський, розсольник із грибами).

Для приготування м'ясних бульйонів для розсольників найчастіше використовують домашню птицю або її потрухи, баранину, телятину, свинину. У бульйон для деяких розсольників (московський, із брунь-ками) додають відвар нирок. Білі корені і ріпчасту цибулю нарізають соломкою й злегка пасерують на вершковому маслі або маргарині. Кухонні жири для приготування розсольників не використовують.

Солоні огірки очищають від грубої шкірочки й насіння (якщо огірки старі), нарізають ромбиками й припускають із додаванням бульйону. Картоплю нарізають скибочками (можна брусочками). Якщо до складу розсольників входить цибуля-порей (московський і ін.), то його нарізають і пасерують разом з коріннями.

Подають розсольники зі сметаною (крім рибного) і зеленню. Окремо можна подати ватрушки із сиром, а до розсольника з рибою — розтягаї.

Солянки — одне із самих гострих страв серед заправних супів. Їх готують на міцних бульйонах, що містять багато екстрактивних речовин. Залежно від того, який використається бульйон, солянки бувають м'ясні, рибні, грибні. Раніше, у старій російській кухні, їх найчастіше готували з риби. В усі види солянок входить ріпчаста цибуля, солоні огірки, каперси, маслини, лимони, пюре, вершкове масло, спеції. Цибулю нарізають соломкою й пасерують з додаванням пюре. Огірки очищають від шкірочки й насіння, нарізають скибочками й припускають із додаванням бульйону. У маслин видаляють кісточки.

Для м'ясної солянки м'ясні продукти варять у тому ж бульйоні, на якому готують солянку. Домашнього птаха й дичину можна жарити. Страву подають зі сметаною (м'ясні, грибні солянки) і зеленню. У рибні й м'ясні солянки кладуть кружечок лимона без цедри. Скибочку лимона й маслини (попередньо промиті) можна подати окремо на розетці із дрібно нарізаною зеленню. Заправляти солянку сметаною можна наприкінці варіння (сметана повинна прокипіти із солянкою).

Найпоширенішими солянками є збірна м'ясна, солянка рибна.

ПРИГОТУВАННЯ ПЮРЕПОДІБНИХ СУПІВ

Пюреподібні супи дуже поживні, легко засвоюються організмом, тому їх широко застосовують у лікувальному й дитячому харчуванні. Ці супи готують на різних бульйонах, молоці, молоці з водою й вегетаріанські. У них всі або майже всі продукти протерті.

Пюреподібні супи готують із овочів, круп, зернобобових, домашнього птаха й дичини, телятини, печінки, а також з риби й раків. Продукти, що входять до складу супів, варять, припускають або гасять, протирають, а потім уводять у бульйон або відвар. Щоб частки протертих продуктів не осідали на дно й рівномірно розподілялися в бульйоні, для всіх супів, крім пюре із круп, готують білий соус. Якщо ж супи готують із овочами, що містять значну кількість кислоти, то борошняне пасерування розводять гарячим молоком і кип'ятять, а потім уже додають у бульйон інші продукти. Пюреподібні супи заправляють маслом і л'єзоном із суміші яєчних жовтків і молока або вершків. Заправка надає супам більш ніжну консистенцію, покращує їхній смак і підвищує поживність. Пюре, заправлене л'єзоном, не можна нагрівати вище 65 °С щоб уникнути коагуляції яєчних білків. Супи, заправлені вершковим маслом, не нагрівають вище 85 °С, тому що масло спливає на поверхню через руйнування масляної емульсії.

При подачі в суп можна покласти на порцію 10—20 г гарніру — дрібно нарізаний (соломкою або кубиками) один із продуктів, використовуваних при варінні. Окремо подають підсушені грінки із пшеничного хліба, нарізаного дрібними кубиками, або кукурудзяні пластівці.

Всі пюреподібні супи за видом використаних продуктів можна розділити на чотири групи: з овочів; із круп і зернобобових; з м'ясних і рибних продуктів.

У технології приготування таких супів можна виділити одну загальну схему: теплова обробка продуктів; їхнє протирання; приготування білого соусу; з'єднання протертого продукту з білим соусом і додавання рідини; доведення до кипіння; заправка л'єзоном, маслом.

Найпоширенішими є пюре з овочів, пюре із круп і зернобобових, з м'ясних продуктів.

ПРИГОТУВАННЯ ПРОЗОРИХ СУПІВ

Прозорі супи готують на м'ясному й рибному прозорих (прояснених) бульйонах, які одержують посвітлінням і насиченням екстрактивними речовинами звичайних м'ясних або рибних бульйонів. Цей процес називається відтягуванням бульйону. Для підвищення калорійності прозорих супів їх подають із різними гарнірами, які готують залежно від виду бульйону, сезону й сполучення продуктів.

Прозорі супи подають у тарілках і бульйонних чашках. Якщо суп наливають у бульйонну чашку, то гарнір подають окремо на пиріжковій тарілці. Це можуть бути пиріжки, грінки, м'ясні кулеб'яки, профітролі. При подачі супу в тарілці гарнір кладуть безпосередньо в неї (фрикадельки, пельмені, припущенні овочі, відварений рис і ін.). Крім звичайних бульйонів, для прозорих супів готують спеціальні — борщок, бульйон із селери.

М'ясний прозорий бульйон. Готують звичайний, мясокістковий бульйон (для одержання більш міцного бульйону в ньому додатково варять м'ясні продукти, призначені для других страв) і одночасно відтягнення. Для відтягнення використовують голяшку, шию, тобто ті частини туші, які мають найбільший вміст крові. М'ясо пропускають через м'ясорубку, заливають холодною водою (1,5-2 л води на 1 кг м'яса) і дають настоятися на холоді 1,5-2 год. До м'яса можна додати сік, що витікає при обробці й розморожуванні печінки, м'яса, дичини. Після настоювання на холоді в м'ясо додають злегка збиті яєчні білки, сіль і перемішують.

Щоб освітлити бульйон, з його поверхні знімають жир, проціджують, нагрівають до 70—80 °С, вводять відтягнення, ретельно перемішують і додають підсмажені корені і цибулю. Каструлю накривають кришкою й на сильному вогні доводять до кипіння. Як тільки бульйон почне закипати, нагрівання зменшують і варять протягом 1-1,5 год. при слабкому кипінні. По закінченні варіння бульйону дають настоятися (щоб відтягнення осіло на дно), знімають із поверхні жир і проціджують.

Готовий бульйон не рекомендується зберігати тривалий час, тому що його якість сильно погіршується.

Курячий прозорий бульйон. Гарний курячий бульйон одержують при варінні курей, призначених для других страв, а також значної кількості костей. Його можна одержати й без відтягування. Для цього курей, курячі кістки, зачищення заливають холодною водою, повільно нагрівають до закипання, варять 30—40 хв., видаляють піну й продовжують варити до готовності курей (кістки варять 2—3 год.). За 30 хв до закінчення варіння додають злегка підсмажені корені і цибулю. Якщо бульйон вийшов недостатньо прозорим, його освітляють так само, як і м'ясний. Відтягнення готують із зачищень і дроблених курячих костей із додаванням яєчного білка й солі.

Прозорий бульйон з дичини. Готують, використовуючи звичайний мясокістковий або курячий бульйон, у який уводять відтягнення, приготовлене з костей, ніжок і зачищень дичини. Хребет із тушки вирубують, тому що він надає бульйону гіркоти. Кращим за смаком й найбільш ароматним виходить бульйон, у який уведено відтягнення з костей рябчика, фазана, тетерева. Бульйон з дичини має яснокоричневий відтінок, смак і запах, властиві свіжезвареному бульйону з дичини. Подають його з пиріжками, кнелями й рулетом з дичини.

***Рибний прозорий бульйон* (юшка).** Варять рибний бульйон і освітляють. До складу відтягнення входить рибна ікра, розтерта з цибулею з додаванням води й солі. Можна освітлювати одним яєчним білком. З відтягненням бульйон кип'ятять 20-30 хв. Найбільш смачна юшка виходить із дрібної риби (йоржів, окунів і ін.). Подають із рибними фрикадельками, шматочками риби, розтягаями.

Якщо юшку подають зі шматочками риби, то спосіб її приготування наступний: у каструлю з киплячим рибним прозорим бульйоном кладуть шматки риби, додають перець, лавровий лист і варять 10-15 хв. Піну видаляють. На поверхні бульйону повинні бути блискітки жиру. Якщо їх немає, дрібно нарізану моркву пасерують на вершковому маслі, масло проціджують і вводять у юшку. Окремо на розетці подають скибочки лимона й зелень. Можна подати розтягаї з рибою або вязігою.

Бульйон-борщок з гострими грінками. У проціджений м'ясний бульйон уводять відтягнення з додаванням тонко нарізаного буряка, яєчних білків і оцту. Після цього дають бульйону закипіти й варять 15—20 хв. Наприкінці варіння його заправляють за смаком червоним перцем (можна додати цукор). Готовий бульйон після зняття жиру проціджують. Цей бульйон повинен мати темно-малиновий або бордовий кольори й кисло-солодкий смак із присмаком екстрактивного бульйону й перцю.

Гострі грінки готують у такий спосіб: з білого хліба вирізують прямокутники розміром 4 × 6 см, товщиною близько 0,5 см і злегка обсмажують на маслі. Сир натирають і змішують із томатною пастою, яйцем і маслом, для гостроти додають червоний перець. Отриману масу обережно намазують на підсмажені скибочки хліба, укладають на лист і запікають у духовій шафі. Подають борщок у бульйонній чашці, гострі грінки — окремо на пиріжковій тарілці (можна також подати і пиріжки).

Бульйон з омлетом. Омлет для прозорого супу є одним з основних гарнірів. Його готують із морквою, шпинатом, томатом, зеленим горошком, а також з дичиною, куркою, печінкою й ін. Омлетами можна урізноманітити прозорі супи не тільки зі смакової, але й з видової сторони, готуючи їх одночасно різних кольорів: червоного — з томату; зеленого — зі шпинату й горошку; білого — зі спаржі або цвітної капусти; темного — з дичини або печінки й ін.

Гарніри для прозорих супів. *Грінки* — фігурні скибочки пшеничного хліба, збризнуті вершковим маслом і підрум'янені в духовій шафі. Перед запіканням можна посипати тертим сиром.

Яйце в мішечок — варять близько 5 хв і очищене кладуть у тарілку. *Овочі припущенні* — білокачанну капусту, моркву, ріпу, брукву, петрушку, селеру, цибулю-порей, шпинат (або томат) нарізають соломкою, злегка пасерують (капусту припускають), а потім тушкують у бульйоні. При подачі супу кладуть у тарілку.

Фрикадельки — варять окремо. До подачі зберігають у бульйоні.

Омлет — сирі яйця змішують із молоком, сіллю, злегка збивають. Варять у формочках. В омлетну масу можна додати припущенні овочі, зелений горошок, пюре, печінку, курку й ін.

Пельмені, равіолі (дрібні пельмені з фаршем із кнельної маси зі шпинатом) — відварюють окремо й зберігають у бульйоні. При подачі кладуть у тарілку.

Крім цих гарнірів, до бульйонів готують галушки заварні або з дичини, профітролі й ін.

Приготування холодних супів

Холодні супи готують на квасі, буряковому відварі, на квасі з додаванням бурякового відвару, на сироватці, кисляку, кислому молоці.

Ці супи мають приємний освіжаючий смак. Як правило, їх готують у теплий період року.

У м'ясному або овочевому холоднику хлібний квас можна замінити сироваткою, кисляком або кислим молоком. У кисле молоко або кисляк додають 50 % кип'яченої холодної води. При подачі в суп можна додати шматочки харчового льоду або подати його на розетці.

Холодник м'ясний. Охолоджене відварене м'ясо, білки яєць, огірки нарізають кубиками. Зелену цибулю шаткують і розтирають із сіллю до появи соку. Жовтки зварених вкруту яєць розтирають із гірчицею, цукром і розводять квасом. У суміш додають нарізані цибулю, огірки, яйця, м'ясо, сметану. При подачі посипають кропом.

Борщ холодний. Буряк і моркву варять, шаткують соломкою, відвар від овочів проціджують, охолоджують, додають сіль, цукор, оцет, нарізані овочі, шинковану зелену цибулю, свіжі огірки. Подають із яйцем, зеленню, сметаною. Можна додати також м'ясні продукти, рибу.

Буряківник. Процес приготування такий же, як і борщу холодного, але у відвар вливають хлібний квас. Для приготування буряківник використовують молодий буряк з бадиллям.

Приготування солодких супів

Солодкі супи готують на фруктових відварах зі свіжих і сушених плодів і ягід, а також із фруктово-ягідних соків, пюре, екстрактів і сиропів. Подають їх як перші страви, а також на сніданок і вечерю холодними або гарячими.

Свіжі ягоди протирають і віджимають сік, з мезги готують відвар, додають цукор і варять сироп. Сік ягід уводять у суп сирим, при цьому він зберігає кольори, аромат і вітамінну активність. Частину фруктів і ягід можна покласти в суп сирими, попередньо очистивши від шкірочки й нарізавши їх. Для посилення аромату в суп кладуть лимонну або апельсинову цедру, корицю, гвоздику; для поліпшення смаку додають біле або червоне виноградне вино, мед. Якщо кислотність супу недостатня, додають лимонну кислоту. Подають супи з гарніром з макаронних виробів, рису,

саго, які відварюють окремо й додають у суп при подачі. Крім того, солодкі супи подають із варениками, холодними пудингами, запіканками з манної крупи або рису, які нарізають шматочками.

Значно поліпшує смак і підвищують поживність солодкого супу свіжа сметана або вершки, які кладуть у тарілки або подають окремо в соусниці. На пиріжковій тарілці можна подати сухий бісквіт, сухарики з кексу, сухе печиво. Загальна технологія приготування солодких супів наступна: підготовка фруктів і ягід; приготування пюре із плодів і ягідного соку; приготування сиропу (якщо використовують ягоди); введення крохмалю; додавання соку, свіжих фруктів, ягід; подача страв.

Якщо для приготування супу використовують яблука й груші, пюре можна не готувати (плоди нарізають скибочками й варять, а з очисток готують відвар).

Суп з яблук і груш. Очищені від шкірочки й насінних коробочок яблука й груші нарізають скибочками, маленькими часточками або брусочками, заливають процідженим відваром або водою, додають цукор, корицю й варять на слабкому вогні. Перед закінченням варіння вливають розведений водою картопляний крохмаль, обережно помішуючи суп, щоб не пом'яти фрукти, і знову доводять до кипіння. Якщо суп недостатньо кислий, додають лимонну кислоту. Перед подачею із супу видаляють корицю, потім наливають у тарілки й додають сметану або вершки. З відходів свіжих фруктів можна приготувати відвар.

Пюре з абрикосів і яблук. Фрукти миють, великі плоди розрізають на дві частини, заливають гарячою водою так, щоб вони були тільки покриті нею, і варять у закритому посуді до розм'якшення. Готові фрукти протирають разом з відваром крізь сито, відходи, що залишилися після протирання, можна залити водою, прокип'ятити й процідити крізь сито відвар. У пюре із фруктів додають цукор, відвар і воду, доводять до кипіння, потім вливають попередньо розведений водою крохмаль, дають знову прокипіти і охолоджують. Подають суп з вершками або сметаною.

В Україні перші страви одержали широке поширення. Про це говорять народні прислів'я: «Борщ і каша — їжа наша», «Борщ та капуста — у будинку не порожньо». У деяких областях України — Київській, Чернігівській — борщі їли і їдять із густою кашею. У Київській, Житомирській, Хмельницькій областях часто готують куліш — одну з найпоширеніших страв України (чумацька юшка). На Полтавщині борщ заправляють тертим пшоном або злегка підсмаженим борошном, щоб був густішим. У Придніпров'ї, що містить у собі Дніпропетровську, Запорізьку й Кіровоградську області, коли в господарстві закінчувалися запаси капусти, буряка, а на луках і городах з'являлася перша зелень, селяни переходили на зелений борщ. Готували його на хлібному квасі з картоплею й молодою зеленню щавлю, лободи, іноді кропи-

ви, петрушки. Зелений борщ заправляли круто звареними дрібно рубленими яйцями й сметаною.

У цій главі наводяться рецептури й технологія приготування перших страв, традиційно вживаних у різних регіонах України, а також описуються фірмові супи, розроблені кращими кулінарами республіки.

Із блокнота досвідченого кулінара:

- для того, щоб бульйон був смачнішим й гарним, потрібно яловичі й свинячі кістки злегка обсмажити в духовці;
- якщо розсольник недостатньо гострий, додають небагато огіркового розсолу;
- ранню капусту потрібно варити менше, тому в суп її кладуть після картоплі;
- бульйон з пельменями, галушками буде більше прозорим, якщо ці продукти опустити на кілька секунд у киплячу воду, щоб змилося борошно, а потім довести до готовності в бульйоні;
- супи, особливо з овочами, треба варити при слабкому кипінні. Якщо суп кипить сильно, то разом з паром улетучюються ароматичні речовини овочів;
- супи з макаронами не можна довго зберігати й часто підігрівати — вони втрачають свої смакові якості;
- бульйон з костей при варінні не солять, у нього не додають спеції. Щоб бульйон вийшов прозорим, його швидко доводять до кипіння, знімають піну, зменшують нагрівання й варять у відкритому посуді при ледь помітному кипінні. За годину до готовності кладуть крупно нарізані й злегка підпечені цибулю і моркву;
- у курячий бульйон можна не класти лавровий лист;
- бульйон, що вийшов при варінні гусей і качок, особливо підходить для супу з бобових — квасолі, гороху, а при варінні кролика — для супу із пшоном;
- овочевий суп, як тільки він буде готовий, витримують 10-15 хв у закритому посуді на краю плити;
- якщо борщ виявився недостатньо яскравим, у нього додають настій буряка. Роблять його так: буряк з яскравим фарбуванням нарізають тонкими скибочками, заливають гарячим бульйоном або водою (200 г на 100 г буряку), додають оцет і швидко доводять до кипіння, але не кип'ятять. Дають настоятися 30–40 хв при 50–60 °С. Настій проціджують;
- пересолений суп можна виправити, якщо прокип'ятити в ньому рис, поміщений у марлевий мішечок, щоб було легко його вийняти із супу.

Борщ київський. Яловичину варять із буряковим квасом. У бульйоні варять 20—25 хв картоплю, нарізану часточками, і шинковану капусту,

додають свіжі кислі яблука, нарізані часточками, шинкований буряк, тушковану із дрібно нарізаною баранячою грудинкою, буряковим квасом, що залишився і томатом-пюре, пасеровану цибулю і коріння, варену квасолю з відваром, сіль, цукор і варять 5–7 хв. Борщ заправляють спеціями й салом, товченим з цибулею. Подавати з яловичиною й бараниною.

Кількість продуктів, г: яловичина (грудинка) — 45, баранина (грудинка) — 33, картопля — 40, капуста білокачанна свіжа — 38, яблука свіжі (кислих сортів) — 16, буряк — 31, цибуля ріпчаста — 12, морква — 6, петрушка (корінь) — 7, селера — 7, жир — 8, пюре — 15, квасоля — 6, цукор — 1,5, квас буряковий — 60, перець чорний — 0,02, лавровий лист — 0,01, сало (шпик) — 3, сметана — 10, зелень — 3. Вихід, г — 300.

Борщ львівський. Варять буряк, очищають, шаткують, додають томат-пюре, розведене бульйоном, і тушкують. Картопл., нарізана часточками, варять до готовності, додають буряк, пасеровані цибулю і коріння, сіль, цукор, варять 5-7 хв, заправивши чорним перцем і лавровим листом.

Борщ рекомендується подавати із бланшованими сосисками, нарізаними скибочками.

Кількість продуктів, г: буряк — 75, картопля — 60, цибуля ріпчаста — 12, морква — 13, петрушка (корінь) — 7, жир — 8, томат-пюре — 15, цукор — 1,5, кислота лимонна або виннокам'яна — 0,3, перець чорний — 0,02, лавровий лист — 0,01, сметана — 10, зелень — 3. Вихід, г — 300.

Борщ галицький. Картоплю нарізають кубиками, капусту, буряк — соломкою. Буряк тушкують із додаванням томат-пюре й частини бурякового квасу. Квас, що залишився, кип'ятять і вливають у готовий борщ.

Кількість продуктів, г: буряк — 31, картопля — 60, капуста білокачанна свіжа — 38, цибуля ріпчаста — 12, морква — 13, петрушка (корінь) — 7, жир — 8, пюре — 15, борошно пшеничне — 1,5, квас буряковий — 60, перець чорний — 0,02, лавровий лист — 0,01, сметана — 10, зелень — 3. Вихід, г — 300.

Борщ селянський. У киплячий бульйон закладають картоплю, нарізана кубиками, після закипання додають шинковану капусту, варять 20-25 хв; потім закладають варену квасолю з відваром, буряк, тушкований з жиром і томатним пюре, яблука, пасеровані цибулю і корінь, сіль, цукор. Довести

до готовності й заправити чорним перцем, лавровим листом і товченим салом. Можна подати до борщу пампушки із часником.

Кількість продуктів, г: картопля — 40, капуста свіжа — 38, квасоля — 10, яблука свіжі — 8, буряк — 31, цибуля — 12, морква — 13, петрушка (корінь) — 7, жир — 8, пюре — 15, цукор — 1,5, шпик — 3, сметана — 10. Вихід, г — 300.

Борщ чернігівський. Картоплю, кабачки, яблука й помідори нарізають часточками, капусту й буряк шаткують. До звареної до напівготовності картоплі й капусти, додають кабачки, яблука, варену квасолю, буряк, тушковані з томат-пюре, кислотою й жиром, пасерованою цибулею і корінням, свіжими помідорами, сіллю. Довести до готовності, заправити спеціями й настоювати 15–20 хв.

Кількість продуктів, г: картопля — 40, капуста білокачанна свіжа — 38, кабачки — 13, яблука свіжі (кислих сортів) — 13, квасоля — 6, буряк — 31, цибуля ріпчаста — 12, морква — 13, петрушка (корінь) — 7, жир — 8, пюре — 15, кислота лимонна або виннокам'яна — 0,3, перець чорний — 0,02, лавровий лист — 0,01, сметана — 10, зелень — 3. Вихід, г — 300.

Борщ полтавський (з галушками). Готують на курячому бульйоні звичайним способом. Буряк, моркву, петрушку нарізають скибочками, картоплю кубиками, капусту шашками.
Галушки: у киплячу підсолену воду усипати 1/8 частини борошна, добре вимішати і остудити. Додати інше борошно, замісити некруте тісто, розкотати товщиною 4-5 мм, нарізати квадратиками 10-15 мм і зварити в підсоленій воді. При подачі в борщ покласти галушки й курку.

Кількість продуктів, г: картопля — 40, капуста свіжа — 38, буряк — 31, цибуля — 12, морква — 13, петрушка (корінь) — 7, жир — 8, пюре — 15, шпик — 3, цукор — 1,5, квас буряковий — 60, сметана — 10 г. Для галушок: борошно гречане або пшенична — 15, яйце — 1/20 шт., вода — 6, вага готових галушок — 30. Вихід, г — 300.

Борщ волинський. У киплячий бульйон закладають шинковану капусту й варять до напівготовності, потім додають часточки свіжих помідорів, варений буряк, нарізаний соломкою, пасеровану цибулю і корінь, варять 5—7 хв, заправляють чорним перцем і лавровим листом. Подають із яловичиною й сметаною.

Кількість продуктів, г: капуста свіжа — 113, буряк — 31, цибуля — 12, морква — 13, петрушка — 7, жир — 8, помідори свіжі — 53, перець, лавровий лист. Вихід, г —300.

Борщ зелений український. У киплячий бульйон зі свинини закладають картоплю, нарізану часточками, варять до напівготовності, додають тушкований буряк, протертий щавель і шпинат, пасеровані цибулю, коріння, борошно, сіль, цукор. Подають із яйцем, звареним вкруту, і сметаною.

Кількість продуктів, г: картопля — 80, буряк — 31, щавель — 33, шпинат — 34, цибулю — 12, морква — 13, борошно —1,5, жир — 8, яйце —1/4 шт., зелень — 6, сметана —10. Вихід, г —300.

Борщ дніпровський. У киплячий бульйон закладають шинковану капусту, солодкий перець і варять до напівготовності, додають картоплю, нарізана часточками й обсмажену на рослинній олії, варену квасолю з відваром, тушкований буряк, пасеровані цибулю, коріння, борошно, рибні консерви. Доводять до готовності, заправляють перцем і лавровим листом.

Кількість продуктів, г: консерви рибні —35, капуста свіжа —38, перець солодкий —8, картопля —67, квасоля —6, буряк —25, цибуля —12, морква —13, рослинна олія —12, пюре —75, борошно—1,5, зелень —3. Вихід, г —300.

Капусняк запорізький. У бульйоні варять до напівготовності картоплю, додають дрібно нарізану капусту, пшоно, за 5 хв до готовності вводять пасеровані цибулю і корінь, сіль, сало, розтерте із часником і зеленню.

Кількість продуктів, г: картопля —60, капуста квашена —85, пшоно —4, цибуля — 8, шпик —3, зелень —3, сметана —10. Вихід, г — 300.

Юшка столична. У киплячий бульйон закладають нарізану кубиками картоплю й варять 7–10 хв, додають розібрану на суцвіття цвітну капусту, варять 10–15 хв, додають зелений горошок, пасеровані цибулю і корені, м'ясопродукти, нарізані дрібними кубиками, сіль. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: яловичина — 22, курка — 16, свинина — 20, ковбаса копчена — 52, картопля — 80, капуста цвітна — 13, горошок зелений консервований — 15, цибуля — 12, морква — 15, масло вершкове — 8, сметана — 10, зелень — 3. Вихід, г — 300.

Юшка одеська. У киплячий бульйон закладають картоплю, після закипання — шинковану капусту, варять 15-20 хв, потім додають

пасеровані овочі, борошно, пюре, квас, сіль. Заправляють розтертим часником.

Кількість продуктів, г: картопля — 80, капуста — 56, цибуля — 12, морква — 13, петрушка — 7, пюре — 15, жир — 8, борошно — 1,5, квас — 60, часник — 1,5, сметана — 10, зелень — 3. Вихід, г — 300.

Юшка горохова із салом. Замочений горох варять у бульйоні до напівготовності, додають нарізану кубиками картоплю. Наприкінці варіння вводять пасероване на салі коріння, борошно, сіль.

Кількість продуктів, г: горох — 30, картопля — 80, цибуля — 12, морква — 19, петрушка — 13, сало — 8, борошно — 1,5, зелень — 5. Вихід, г — 300.

Юшка з галушками по полтавськи. Для галушок замішують пісне тісто, розкачують у шар товщиною 4-5 мм і нарізають у вигляді квадратиків розміром 10-15 × 10-15 мм.

У киплячий бульйон закладають нарізану кубиками картоплю, варять 3–5 хв, потім закладають галушки, сіль. Заправляють салом, підсмаженим з цибулею, перцем.

Кількість продуктів, г: картопля — 80, цибуля — 18, шпик — 5, зелень — 3. Для галушок: борошно — 30, яйце — 1/10 шт., вода — 12, вага готових галушок — 60. Вихід, г — 300.

Юшка рибна по-херсонськи. Із дрібної риби й рибних харчових відходів варять бульйон, додавши спеції. У проціджений киплячий бульйон закладають картоплю, нарізану часточками, дрібно нарізані цибулю і петрушку, варять 10-15 хв, потім уводять шматки сирої риби, пасероване з жиром томат-пюре, сіль, варять до готовності. Юшку заправляють салом, товченим із часником.

Кількість продуктів, г: судак — 81, або лящ — 99, або щука — 98, картопля — 120, цибуля — 18, петрушка — 7, томат-пюре — 12, масло вершкове — 5, шпик — 5, часник —1,5. Вихід, г —300.

Юшка грибна з галушками. У киплячий грибний бульйон закладають нарізану часточками картоплю, варять до напівготовності, додають галушки. Наприкінці варіння закладають нарізані варені гриби, пасеровану цибулю і корінь, сіль. Галушки готують так само, як і для юшки по-полтавськи.

Кількість продуктів, г: картопля — 80, гриби сушені — 5, цибуля — 13, морква — 13, петрушка — 7, жир — 8. Для галушок: борошно — 30, яйце — 1/19 шт., вода — 12, вага готових галушок —60. Вихід, г —300.

Куліш пшоняний. У киплячий бульйон закладають пшоно й варять майже до готовності. Заправляють цибулею, пасерованою на салі, і варять 5-8 хв. Куліш можна готувати з картоплею, замінивши 15 г пшона на 30 г картоплі.

Кількість продуктів, г: пшоно — 80, цибуля — 33, шпик — 8, зелень — 3. Вихід, г — 500.

Куліш із грибами. Нарізану кубиками картоплю закладають у киплячий грибний бульйон, доводять до кипіння, додають підготовлене пшоно. За 3-5 хв до кінця варіння вводять варені, дрібно нарізані гриби, пасеровану цибулю, сіль.

Кількість продуктів, г: картопля — 107, пшоно — 18, гриби сушені — 5, цибуля — 30, олія рослинна — 8. Вихід, г — 500.

Суп домашній. Цибулю та моркву, нарізані кубиками, пасерують. М'ясо, нарізане кубиками, варять, наприкінці варіння додають картоплю, нарізану кубиками й попередньо підсмажену. Заправляють пасерованим томатом. Із приготованого тіста окремо відварюють галушки й опускають по 4-5 шт. на порцію, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: картопля —100, морква — 25, борошно — 20, цибуля ріпчаста — 24, маргарин — 5, яйце — 1/20, м'ясо (яловичина) без костей — 40, зелень — 5, томат-пюре —10. Вихід, г —500.

Бульйон з картопляними галушками. Для приготування галушок картоплю відварюють, пропускають через м'ясорубку. Вершкове масло розтирають із яйцем, борошном, додають сіль, перець і змішують із картоплею. З підготовленої маси роблять галушки, обвалюють у борошні й відварюють. Готові галушки перекладають у супну миску й заливають бульйоном. При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яйце — 1/10 шт., цибуля ріпчаста — 5, картопля — 34, масло вершкове — 4. Для бульйону: кістки — 750, морква — 5, цибуля ріпчаста — 5, кріп — 5. Для галушок: картопля — 25, яйце — 1/10 шт., борошно — 1,5, масло вершкове — 1,5. Вихід, г — 150/50.

Розсольник з потрухами. Попередньо оброблені потрухи закладають у каструлю, варять, додають картоплю, доводять до кипіння, кладуть припущенні огірки, зелені помідори, пасеровану цибулю, томат-пасту. Доводять до смаку, заправляють сметаною.

Кількість продуктів, г: потрухи домашнього птаха — 94, картопля — 160, петрушка — 40, селера — 7, цибуля ріпчаста — 24, цибуля-порей — 26, огірки солоні — 42, томат-паста — 10, помідори солоні зелені — 55, маргарин — 10. Вихід, г — 500.

Суп молочний по-чигиринськи. Яйця, сіль, цукор добре розмішують, додають воду, в отриману суміш всипають борошно й збивають вінчиком до утворення однорідного рідкого тіста, проціджують крізь сито. З отриманого тісту випікають тонкі млинці, з яких потім нарізають локшину. У кипляче, доведене до смаку, молоко закладають локшину й варять до готовності. Готовий суп заправляють вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: молоко — 350, масло вершкове — 5, цукор — 5, сіль — 3. На локшину: борошно в/с — 50, вода — 20, яйце — 1/2 шт., цукор — 4, сіль — 0,6, маслю вершкове — 3. Вихід, г — 500.

Розсольник «Аматорський». Овочі нарізають кубиками, цибулю, моркву пасерують, огірки припускають. У киплячий бульйон закладають картоплю, припущенні огірки, доводять до кипіння, уводять овочеве пасерування. Наприкінці варіння додають спеції. При подачі розсольник посипають зеленню, кладуть фрикадельки, приготовлені звичайним способом.

Кількість продуктів, г: картопля — 160, огірки солоні — 38, морква —20, цибуля — 24, шпик — 10, сметана — 10, зелень — 7. На фрикадельки: яловичина — 115, цибуля — 10, яйце —1/10 шт. Вихід, г —500/75.

Суп апетитний. М'ясо нарізають кубиками, обсмажують до рум'яної скоринки, окремо пасерують цибулю, моркву, борошно. У киплячий бульйон кладуть обсмажене м'ясо й варять до напівготовності, потім закладають нарізану кубиками картоплю й доводять до готовності. Наприкінці варіння додають пасеровані овочі й борошно, спеції.

Кількість продуктів, г: свинина — 68, картопля — 300, цибуля — 24, морква — 25, жир — 10, борошно — 5. Вихід, г — 500/35.

Юшка по-буковинськи. Яловичину, курку рубають із кісточкою. Заливають холодною водою й варять майже до готовності. Потім закладають картопля, сиру ріпчасту цибулю. Наприкінці варіння додають зелений горошок, дрібно нарізані помідори, заправляють вершковим маслом, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яловичина (грудинка) — 38, курка — 35, картопля — 133, зелений горошок — 20, масло вершкове —10, цибуля ріпчаста — 24, помідори — 25. Вихід, г — 500/35.

Борщ бойковський. Квашений буряк нарізають соломкою. Картоплю відварюють у шкірці, очищають, нарізають кубиками. У киплячий бульйон закладають пшоно, сирі моркву й цибулю, буряк. Додають небагато бурякового квасу. За 5 хв до кінця варіння вводять картоплю, сіль, спеції. Заправляють салом, товченим із часником, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: картопля — 0, буряк — 0, цибуля — 15, морква — 5, пшоно — 10, часник — 3, шпик — 10. Вихід, г — 300.

Юшка по-верховинськи. Попередньо замочену квасолю відварюють до готовності, виймають із відвару. В отриманий відвар закладають галушки й варять. За 3 хв до кінця варіння додають пасеровані цибулю і коріння, сіль, спеції. Варену квасолю можна використати для гарніру.

Кількість продуктів, г: квасоля — 76, цибуля —24, петрушка — 7, жир — 8. Для галушок: борошно — 60, яйце — 1/5 шт., вода — 6. Вихід, г — 500.

Чорба по-олександрівськи. У м'ясний бульйон додають картоплю, нарізану кубиками, і варять до напівготовності. Цибулю, моркву й корінь петрушки нарізають соломкою й пасерують до утворення золотавих кольорів, потім додають оцет і прогрівають. Суп заправляють пасерованим корінням, борошном, томатом, червоним перцем, сіллю. При подачі додають сметану, м'ясопродукти, прогріті в бульйоні, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яловичина — 54, м'ясо копчене — 26, язик яловичий — 38, картопля — 200, морква — 25, петрушка — 13, борошно пшеничне — 5, маргарин столовий — 10, оцет 3 % — 5, томат-паста — 5, сметана — 15. Вихід, г — 500.

Юшка прикарпатська. У киплячий бульйон закладають нарізаний скибочками картопля й варять 7 хв. Потім додають стручкову квасолю й варять 10 хв; уводять припущенні огірки, очищені від шкірки й нарі-

зані ромбиками, нарізані скибочками м'ясопродукти, попередньо відварені, пасеровану цибулю, корені, спеції й варять до готовності.

Кількість продуктів, г: яловичина — 50, ковбаса копчена — 10, сосиски або сардельки — 22, нирки — 12, квасоля стручкова — 28, цибуля — 48, огірки солоні — 50, картопля — 80, пюре — 20, масло вершкове — 10, сметана — 25. Вихід, г — 500.

Борщ холодний по-українськи. Борщ готують загальноприйнятим способом. Цибулю і моркву пасерують на рослинній олії. При використанні щавлю томат-пюре виключається. Борщ заправляють розтертим із сіллю часником і подають холодним. Можна готувати з рибними консервами в томатному соусі, які вводять за 5 хв до готовності. У борщ із щавлем кладуть 1/4 яйця, звареного вкруту.

Кількість продуктів, г: капуста свіжа — 63 або щавель — 79, буряк — 43, цибуля — 12, морква — 13, петрушка — 7, пюре — 15, олія рослинна — 8, борошно — 2, цукор — 1,5, квас буряковий — 60, часник — 1,5. Вихід, г —300.

Борщ буряковий холодний. Охолоджений буряковий відвар з'єднують із охолодженою кип'яченою водою, додають варений нашатковий буряк, зварений у шкірці, очищену і нарізану часточками картоплю, нарізані часточками свіжі огірки, рубані яйця (білки), зелену цибулю і кріп. Борщ заправляють сметаною, вареними жовтками, розтертими із цукром, охолоджують.

Кількість продуктів, г: буряк — 43, картопля — 40, огірки свіжі — 31, яйце — 1/4 шт., цибуля зелена — 13, цукор — 1,5, буряковий відвар — 100, вода — 100, сметана — 20, зелень — 3. Вихід, г — 300.

Борщ холодний селянський. У холодний буряковий борщ додають охолоджений, зварений із цукром чорнослив з відваром.

Кількість продуктів, г: буряк — 43, картопля — 40, чорнослив — 15, огірки свіжі — 25, цибуля зелена — 19, яйце — 1/4 шт., цукор — 5, буряковий відвар —100, вода — 100, сметана — 15, зелень — 3. Вихід, г — 300.

Холодник наддніпровський. В охолоджений квас закладають припущенні протерті щавель і шпинат, свіжоочищені огірки й варене м'ясо, нарубані дрібними кубиками, рубані яйця (білки), мілкорублені цибулю, зелень петрушки, кріп і естрагон. Страву заправляють смета-

ною, вареними жовтками, розтертими із цукром і гірчицею, солять і охолоджують.

Кількість продуктів, г: яловичина (лопатка, грудинка) — 77, огірки свіжі — 50, щавель — 13, шпинат — 14, цукор — 3, яйце — 1/4 шт., естрагон (зелень) — 13, квас хлібний — 200. Вихід, г — 300.

Юшка із сушених фруктів. Підготовлені сухофрукти варять із цукром і кислотою, охолоджують. Рис відварюють і заливають фруктовим відваром разом із фруктами. Подають у холодному вигляді.

Кількість продуктів, г: фрукти сушені (суміш) — 90, рис — 16, цукор — 18, кислота лимонна — 0,1. Вихід, г — 300.

Суп холодний «Новинка». Сік березовий і яблучний змішують із білим столовим вином і охолоджують. Картоплю відварюють у шкірці. Всі продукти нарізають кубиками. У тарілку кладуть нарізані картоплю, свіжі огірки й варені яйця, зелену цибулю, заливають підготовленим соком, солять, посипають зеленню, додають сметану.

Кількість продуктів, г: сік березовий — 150, сік яблучний — 150, вино столове біле — 50, картопля — 53, огірки свіжі — 25 або редис — 30, цибуля зелена — 20, яйце — 1/2 шт., сметана — 10. Вихід, г — 400.

Норма закладки продуктів на порцію супу

№ з/п	Найменування продуктів	Маса, г		
		брутто	нетто напівфабрикату	готового продукту
М'ясні продукти				
1	Кістки яловичі, баранячі й свинячі	150	150	—
2	Яловичина (лопатка, грудинка, пашинка)	77	57	35
3	Баранина (лопатка, грудинка)	76	55	35
4	Свинина (лопатка, шия, грудинка)	68	58	35
5	Грудинка свиняча копчена зі шкірою, без костей	41	41	35
6	Сосиски, сардельки	41	40	40
7	Сало (шпик)	41	39	35
8	Голова яловича	140	140	35
9	Голова теляча	125	60	50

№ з/п	Найменування продуктів	Маса, г		
		брутто	нетто напів-фабрикату	готового продукту
10	Голова свиняча зі шкірою	80	78	35
11	Серце	67	61	35
	Домашній птах			
12	Курка	87	67	50
13	Гусак	96	67	50
14	Качка	100	67	50
15	Індичка	92	67	50
16	Потрухи домашнього птаха	91	68	50
	Риба			
17	Судак (філе зі шкірою й реберними костями)	115	63	50
18	Окунь морський (філе зі шкірою й реберними костями)	78	63	50
19	Сом (філе без шкіри й костей)	90	43	35
20	Тріску (філе зі шкірою й реберними костями)	76	61	50
	Консерви			
21	Яловичина, баранина, свинина тушковані або яловичина відварена	35	35	35
22	Консерви рибні (частик великий, дрібний, осетрові, тріску, бички й ін.) у томатному соусі	37	37	35
23	Консерви у власному соку (крім крабів)	37	37	35
	Овочі для бульйонів			
24	Цибуля ріпчаста	5	4	—
25	Морква	5	4	—
26	Петрушка (корінь)	4	3	—

Холодник освіжаючий. Відварене м'ясо нарізають кубиками, додають нарізані овочі й заливають томатним соком, змішаним з холодною кип'яченою водою. Заправляють холодник сметаною, розтертою з яєчними вареними жовтками, гірчицею й цукром. Посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: сік томатний — 100, вода — 200, яловичина — 109, цибуля зелена — 38, огірки свіжі — 5, перець солодкий — 0, помідори свіжі — 0, сметана — 20, яйце — 1/2 шт., цукор — 5, гірчиця — 2. Вихід, г — 500.

Розділ 4

Є ЧИМ ЗАХОПЛЮВАТИСЯ: ДРУГІ СТРАВИ



Другі страви широко використовуються в харчуванні населення України. Їх підрозділяють на:

— страви з овочів і грибів;
— страви із круп, зернобобових і макаронних виробів;
— страви з риби й морепродуктів;
— страви й кулінарні вироби з м'яса й м'ясопродуктів;
— страви з яєць і яйцепродуктів; страви із сиру.

СТРАВИ З ОВОЧІВ І ГРИБІВ

Для приготування різних кулінарних страв і гарнірів у сільській місцевості широко використовують свіжі, солоні, мариновані, сушені й швидкозаморожені овочі.

Свіжі овочі поділять на: бульбоплоди — картопля, батат, топінамбур; коренеплоди — буряк, морква, петрушка, пастернак, ріпа, бруква, селера, редис; гарбузові — огірки, кабачки, гарбуз; капустяні — капуста біло — і червонокачанна, цвітна, брюссельська, савойська, кольрабі; пасльонові — помідори, баклажани, стручковий перець; цибульні — цибулю ріпчаста, зелена, цибуля-порей, часник; листові — салат листовий й кочанний, шпинат, щавель, кропива, лобода; десертні — ревінь, спаржа, артишоки; зернобобові — горох, квасоля, боби, бобиліма; пряні овочі — хрін, естрагон, чабер, майоран; зернові — цукрова й овочева кукурудза.

З бульбоплодів найпоширенішою є картопля. З овочів, використовуваних у харчуванні, на її частку припадає 60-70 %.

Картопля столових сортів має гарний смак, тонку, гладку шкірочку, неглибоко сидячі вічка, при очищенні швидко не темніє. Сорти з округлими бульбами дають менше відходів при кулінарній обробці. Вони добре зберігаються, містять 12—16 % крохмалю, легко розварюються.

Картоплю використовують для приготування різноманітних асортиментів других овочевих страв і гарнірів, і широко використовують в споживчій кооперації.

Коренеплоди мають велике харчове значення, тому що вони багаті вуглеводами, азотистими речовинами, ефірними маслами, вітаміном С, а морква — провітаміном А (каротином). Коренеплоди використовують у сирому вигляді (редис, редька, ріпа, бруква), для приготування різних страв (буряк, морква, ріпа), як приправу (петрушка, селера, пастернак), а також для виготовлення різних консервів.

Залежно від форми коренеплоду всі сорти моркви поділяють на округлі, напівдовгі й довгі. Її вживають у їжу як приправу й для приготування самостійних страв (салати, супи, гарніри), а також сушать, квасять, використовують для приготування морквяного соку, дитячого пюре й фаршу для овочевих консервів.

У петрушки в їжу вживають як корінь, так і листя (зелень). Завдяки наявності ароматичних і смакових речовин її використовують як цінний смаковий продукт.

Пастернак відрізняється солодкуватим смаком і ароматом. Корінь вживають у їжу як у свіжому, так і в сушеному виді.

Селера за смаком гостріша петрушки й більш запашна. Розрізняють селеру кореневу, що уживається до страв у вигляді приправи; черешкову, що йде для приготування салатів; листову, що використовується у свіжому або сушеному вигляді як пряність. Найпоширенішою є селеру коренева.

Редис — найскоростигліша культура. За формою коренеплоду він буває круглий, овальний, довгий; по забарвленню — білий, рожевий і червоний.

Редис має велике значення як джерело вітаміну С. Використовують у їжу в сирому вигляді.

З гарбузових овочів найчастіше використовують огірки, кабачки й гарбуз. Огірки використовують у їжу як смаковий продукт (тому що вони містять до 97 % води) для приготування холодних закусок і як додатковий гарнір до різних других страв. Вживають у свіжому, солоному або маринованому вигляді.

З капустяних овочів найпоширеніший білокачанна капуста. За часом дозрівання розрізняють капусту ранню, середнєстиглу й пізньостиглу. Ранні сорти використовують у свіжому вигляді для салатів, приготування супів, тушкування й припускання; середні й пізньостиглі сорти — як у свіжому вигляді, так і для квашення.

Червонокачанна капуста відрізняється червоно-темними кольорами листя. Вживають у свіжому (салати) або маринованому вигляді.

У цвітної капусти їстівною є голівка. Свіжу цвітну капусту відварюють, консервують, заморожують, сушать і маринують. Її широко використовують для супів і других страв; вона є також цінним дієтичним продуктом.

Брюссельську капусту вживають у відвареному вигляді з маслом, з неї готують супи, маринують, тушкують і консервують.

Помідори розрізняються за формою (овальні, плоскі, круглі), забарвленням шкірочки (червоної, рожевої або жовті), м'якоті, часу дозрівання, м'ясистості й розмірами плода. У кулінарній практиці їх використовують у свіжому вигляді для приготування салатів, гарнірів, для смаження й запікання фаршированими.

Звичайне забарвлення шкірочки баклажанів — фіолетове, форма — овальна або кругла. Їх уживають недоспілими для приготування різноманітних консервів (баклажанна ікра й ін.) і страв. Стручковий перець, використовуваний у харчуванні, буває двох видів — солодкий і гіркий. Солодкий уживають для приготування консервів, пюре, його солять і фарширують; гіркий — як приправу.

Цибульні овочі використовують як приправу, а також для консервування, маринування й сушіння. Вони містять вітаміни С і вітаміни групи В. Запах і гострий смак цих овочів залежать від вмісту в них ефірних масел, які мають бактерицидні властивості. У їжу використовують луски (цибулина) і зелене лист (пір'я). За смаком розрізняють ріпчасту цибулю гостру, напівгостру й солодку; за забарвленням сорочки — білу, жовту і червоно-фіолетову; за формою — плоско-ріпчаста, округла і грушоподібна.

Для харчових цілей використовують також цибулю-перо (зелену цибулю).

Листові овочі відрізняються високим вмістом вітамінів С і групи В, каротину, білкових речовин і мінеральних солей. Їстівною частиною цих овочів є ніжна й соковита листова маса.

Салат буває трьох різновидів (листовий — латук, кочанний і ромен), які вживають у їжу тільки у свіжому вигляді для гарнірів, салатів і прикраси страв.

У шпинату їстівною частиною є зелене м'ясисте листя, зібране в розетку. Листи шпинату використовують для приготування супів, соусів, а також для консервування й сушіння.

Пряні овочі (кріп, естрагон, хрін, майоран, васильок, чабер і ін.) уживають як приправи.

Десертні овочі є багаторічними рослинами, які мають високу поживну цінність і гарний смак. Ревінь використовують для приготування компотів, киселів, повидла, мармеладу й інших виробів; спаржу — для супів, других страв, а також для консервування; артишоки вживають у вареному вигляді з маслом і консервують.

Більшість овочів використовують у поддрібненому вигляді. Їх нарізають певної форми, тому що правильна нарізка робить страву привабливою і забезпечує одночасну готовність овочів при їхній тепловій обробці. Форма нарізки залежить від способу теплової обробки й форми інших продуктів, що входять до складу страви. Так, для варіння

овочі нарізають крупніше, більш товстими шматочками, щоб вони не розварювалися; у супах форма нарізки повинна відповідати виду й формі інших продуктів, наприклад круп або макаронних виробів.

Для надання овочам форми, що відповідає кулінарному виробу, використовують просту нарізку, рубання, протирання, стругання й фігурну нарізку за допомогою карбування.

До найпоширеніших форм простої нарізки овочів відносять брусочки, кубики, часточки, соломку, кружечки, скибочки, кільця й півкільця. Проста нарізка картоплі й коренеплодів брусочками, кубиками, соломкою, кружечками, а капусти й цибулі — соломкою, здійснюється вручну. Для оформлення холодних страв варені морква й буряк, петрушку, ріпу, огірки свіжі, солоні, мариновані й редьку або карбують спеціальним ножем, або роблять корінчатим ножем уздовж коренеплодів борозенки під гострим кутом (для зірочок) або під тупим кутом (для шестірень), потім нарізають на пластинки прямо або навскіс, попередньо розрізавши коренеплід уздовж. Для приготування фаршів з капусти цибулю і білокачанну капусту рубають великим ножем. Хрін для гарнірів стругають корінчатим ножем. Хрін і редьку іноді натирають на тертці.

Форма нарізки	Розміри, см	Кулінарне застосування
Брусочки	Товщина 0,7—1, довжина 3-5	Картопля для смаження й супів (з макаронними виробами, борщу українського й ін.)
Кубики	Розмір ребра 1,5—2 і 0,5—0,6	Картопля, морква, ріпа в супи із крупами; овочі та буряк на гарніри для холодних і других страв
Часточки	По розміру середніх бульб	Картопля в супи, борщі, розсольники, на гарнір; морква в рагу
Соломка	Товщина 0,2—0,3, довжина 4—5	Картопля для смаження; коренеплоди й цибуля для заправки супів; буряк у борщі; капуста в щі; цибуля у супи й маринади
Кружечки	Товщина 0,2—0,3	Картопля для смаження; помідори, огірки, редис для салатів
Скибочки	Товщина 0,2—0,3	Картопля для смаження; картопля, буряк, морква у вареному вигляді для холодних страв і закусок
Кільця й півкільця	Товщина 0,2	Цибуля для заправка супів, у салати, закуски
Шашки (квадратики)	2 × 2	Капуста для щів, борщу флотського, припущенна, рагу

Банкетні страви оформляють більш барвисто, використовуючи для цього фігурну нарізку овочів. Для оформлення таких страв картоплю обточують, надаючи їй форму кульки, груші, бочечки, а для смаження її нарізають стружкою, соломкою.

З відварних і припущенних овочів готують різноманітні асортименти страв і гарнірів.

Тушковані овочі подають як самостійні овочеві страви й використовують як гарнір. Найчастіше готують тушковані суміші, тушковану картоплю.

Смажать овочі сирі і варені й подають як самостійну страву або як гарнір.

Нижче наводяться рецептури й технології приготування других страв з овочів, розроблені кращими кулінарами споживчої кооперації, що працюють у різних районах і областях України.

Пиріжки картопляні по-уманські. У терту картоплю додають сіль, вершкове масло, яйця й добре вимішують. З отриманої маси роблять коржик, на середину кладуть капустяний фарш, формують пиріжки, панірують у борошні. Пиріжки смажать у фритюрі. Для фаршу: капусту шаткують і обсмажують. Подають, поливаючи вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: картопля — 250, масло вершкове — 5, яйце — 1/4 шт., борошно пшенична — 10. Фарш: капуста свіжа — 120, олія рослинна — 5, жир — 4, масло вершкове — 10. Вихід з маслом, г — 250/10.

Деруни по-чорнобаєвськи. Сиру очищену картоплю подрібнюють на дрібну тертку, додають сіль, яйце. З готової маси формують деруни й смажать основним способом. Подають деруни зі скибочками смаженого сала.

Кількість продуктів, г: картопля — 305, яйце — 1/3 шт., олія рослинна — 15, шпик — 30. Вихід, г — 200/30.

Картопля по-звенігородськи. Картоплю обточують до горіхоподібної форми, обсмажують на рослинній олії, до готовності доводять у жарочній шафі. При подачі поливають часниковим соусом.

Кількість продуктів, г: картопля — 382, олія рослинна — 30, часниковий соус — 30. Вихід, г — 260.

Овочі по-карпатськи. Картоплю, нарізана часточками, обсмажують. Моркву й петрушку пасерують, додають нарізані скибочками солодкий перець і помідори. Картоплю й овочі з'єднують, додають кашу, бульйон і тушкують до готовності.

Кількість продуктів, г: картопля — 100, перець болгарський — 100, помідори свіжі — 50, цибуля — 25, морква — 15, олія рослинна — 25, рис — 15 або крупа пшенична — 16. Вихід, г — 250.

Перець, фаршированний по-домашньому. Для фаршу шинковану капусту розтирають із сіллю й оцтом, припускають і заправляють пасерованою цибулею, морквою й томат-пюре, цукром і пасерованим борошном. Підготовлений перець наповнюють фаршем, заливають сметанним соусом і тушкують.

Кількість продуктів, г: перець болгарський — 93, капуста свіжа — 35, цибуля — 24, морква — 55, томат-пюре — 10, борошно — 2, цукор — 2. Вихід, г — 200.

Асорті овочеве. Підготовлені овочі нарізають напівкружечками, обсмажують основним способом на розпеченій сковороді окремо, при подачі змішують. Подають у гарячому виді, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: картопля — 190, цибуля ріпчаста — 180, огірки солоні — 120, морква — 180, жир — 25. Вихід, г — 300,

Морква по-ірклеєвськи. Моркву, цибулю, капусту, перець нарізають соломкою й злегка обсмажують, потім додають невелику кількість бульйону, томат-пасту, лавровий лист, перець горошком, зелений горошок і тушкують до готовності.

Кількість продуктів, г: морква — 158, цибуля — 24, капуста свіжа — 25, олія рослинна — 15, перець болгарський — 49, зелений горошок — 31, томат-паста — 8. Вихід, г — 200.

Горохляники. Горох відварюють, протирають. Пюре охолоджують, формують з нього кульки. Змочують у яйцях, панірують у борошні й смажать у фритюрі. Подають гарячими, поливають часником.

Кількість продуктів, г: горох лущений — 51, яйце — 1/2 шт., борошно — 6, жир для смаження — 120, часник — 5. Вихід, г — 50.

Картопляні пиріжки з рибою. Відварну картоплю протирають, додають сире яйце, борошно й вимішують до однорідної маси. З отриманої маси формують коржик, на середину яких кладуть рибний фарш, защипують, надають форму пиріжка й смажать у фритюрі. Подають гарячими, зверху поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: картопля — 200, яйце — 1/4 шт., борошно — 25. Для фаршу: минтай (без голів) — 76, цибуля — 12, олія рослинна — 10, масло вершкове — 10. Вихід, г — 200/10.

Деруни лісові. Сиру очищену картоплю подрібнюють на дрібній тертці, додають сіль, яйце, сметану. Деруни фарширують смаженими грибами з цибулею.

Кількість продуктів, г: картопля — 300, яйце — 1/4 шт., гриби сушені — 15, сметана — 5, цибулю — 25, борошно — 20, олія рослинна — 15. Вихід, г — 250.

Голубці із квасолею. На ошпарені капустяні листи кладуть фарш, що складається з вареної квасолі, пропущеної через м'ясорубку, пасерованої цибулі. Фарш загортають в лист капусти, надаючи йому циліндричної форми. Голубці кладуть на лист і обсмажують. Обсмажені голубці заливають червоним соусом і тушкують до готовності.

Кількість продуктів, г: капуста — 138. Для фаршу: квасоля — 40, цибуля ріпчаста — 23, шпик — 10. Вихід, г — 250.

Овочеве рагу по-браїловськи. М'ясо, картоплю нарізають кубиками й обсмажують, квасолю відварюють, огірки солоні, капусту свіжу нарізають кубиками й окремо припускають, цибулю, моркву й борошно пасерують. Обсмажені продукти з'єднують із соусом і тушкують 10-15 хв, після додають відварену квасолю, припущенні огірки й продовжують тушкувати ще 15-20 хв. За 5-10 хв до кінця тушкування додають спеції.

Кількість продуктів, г: свинина — 122, картопля — 70, капуста — 60, квасоля — 20, огірки солоні — 51, морква — 50, цибуля ріпчаста — 36, жир свинячий — 10, масло вершкове — 5, борошно — 5, пюре — 15. Вихід, г — 250.

Деруни, фаршировані овочами. Капусту дрібно шаткують, цибулю нарізають півкільцями, моркву — соломкою, коріння, цибулю пасерують. Капусту тушкують із пасерованими коренями й цибулею з додаванням пюре, цукру, оцту. Картоплю натирають на дрібній тертці, у масу додають яйця, борошно й спеції, смажать картопляні млинці. Після чого на середину кладуть фарш, що накривають сирою картопляною масою й смажать на рослинній олії основним способом. Обсмажені із двох сторін млинці, укладають у горщики, закривають кришкою й ставлять на 10—15 хв у жарову шафа.

Кількість продуктів, г: яйце — 1/4 шт., картопля — 300, борошно — 20, олія рослинна — 15. Для фаршу: капуста

— 131, пюре — 20, цибуля ріпчаста — 25, морква — 13, жир — 10, оцет 9 % — 4, цукор — 5. Вихід, г — 250.

Ковбаса картопляна. Картоплю натирають на тертці, додають пасеровану ріпчасту цибулю, яйце, сіль, перець. Картопляною масою заповнюють кишкову оболонку, відварюють і обсмажують у духовій шафі.

Кількість продуктів, г: на 1 кг очищеної картоплі — 2–3 яйця, 300 г цибулі ріпчастої, 200 г шпику.

Пиріжки по-золотоноськи. Готують дріжджове тісто, викладають на стіл, формують коржики, укладають на них фарш, защипують. Сформовані пиріжки після відстоювання смажать основним способом. Фарш: готують картопляне пюре, додають пасеровану цибулю, дрібно нашаткований кріп, сіль і перемішують.

Кількість продуктів, г: борошно — 52, цукор — 4, маргарин — 3, яйце — 4. Фарш: картопля — 11, олія рослинна — 1, цибуля ріпчаста — 5, сіль, кріп — 1, сало — 15, олія рослинна — 8. Вихід, г — 129/5.

Морквяне суфле із сиром. Моркву очищають, нарізають кубиками й тушкують із молоком і маслом (50 % від норми), після чого протирають, з'єднують із манною крупою, протертим сиром, цукром і жовтками. Масу добре вимішують і обережно додають у неї збиті в густу піну білки. Після цього масу викладають у формочки, змазані маслом, і на парі доводять до готовності. При подачі поливають маслом.

Кількість продуктів, г: морква — 84, сир — 22, яйце — 1/4 шт., масло вершкове — 5, молоко — 13, крупу манна — 5. Вихід, г — 100.

Овочева трубочка з фаршем. Очищену свіжу капусту цілими голівками відварюють і відокремлюють листи. Пшоно промивають, заливають водою, доводять до кипіння, відкидають на сито й заправляють злегка підсмаженими цибулею і морквою, рубленим салом, перцем, сіллю. Отриманий фарш кладуть на підготовлені листи капусти, загортають трубочкою, укладають у сотейник, заливають сметанним соусом з томатом і тушкують до готовності. При подачі трубочки поливають соусом, у якому вони тушкувалися.

Кількість продуктів, г: капуста свіжа — 200, пшоно — 50, сало — 5, морква — 20, цибуля —15, борошно — 5, томат — 15, сметана — 15, олія рослинна — 10. Вихід, г — 275.

Картопляні крокети ювілейні. Відварну картоплю пропускають через протиральну машину, солять. Ретельно вимішують і формують кульки з м'ясним фаршем. Картопляні кульки панірують у сухарях і смажать у фритюрі. До крокетів подають сметанний або грибний соус.

Кількість продуктів, г: картопля — 172, яловичина — 36, цибуля — 9, сухарі панірувальні — 7, олія рослинна — 15, зелень — 5, сметана — 12, масло вершкове — 4, борошно пшенична — 4. Вихід, г — 150.

Квасоля із часником. Квасолю перебирають, промивають, відварюють, відвар зливають, квасолю протирають. Ріпчасту цибулю нарізають соломкою й пасерують на рослинній олії. Додають квасолю, поливають часниковим соусом.

Кількість продуктів, г: квасоля — 97, часник — 6, олія рослинна — 20, цибуля ріпчаста — 30, сіль. Вихід, г — 240.

Кнедлі з капустою. Картоплю відварюють, протирають, охолоджують, додають борошно, яйце, сіль і все добре перемішують. Масу розкачують у вигляді джгута, нарізають навскіс на шматочки, відварюють у підсоленій воді. Відварні кнедлі з'єднують зі смаженою капустою й у такому вигляді подають.

Кількість продуктів, г: борошно пшеничне — 60, яйце — 1/5 гіт., картопля — 133, капуста свіжа — 150 або квашена — 171, олія рослинна — 20, цукор — 2, цибуля ріпчаста — 15. Вихід, г — 250.

Капуста калорійна. Попередньо зачищену й промиту капустину нарізають на частини, відварюють у підсоленій воді, потім виймають і дають їй стекти. Підготовлені шматки капусти л'єзонять і присмажують на розігрітій сковороді, доводять до готовності в духовій шафі. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: капуста білокачанна — 269, яйце — 1/2 шт., маргарин — 10, сметана — 20. Вихід, г — 120/20.

Зрази картопляні. Відварну картоплю протирають, додають яйце, перець, сіль. Філе риби без шкіри й костей припускають, пропускають через м'ясорубку, тушкують до готовності, після чого додають рубане яйце, пасеровану цибулю, перець, сіль. Отриманим фаршем фарширують зрази, обсмажують основним способом. При подачі поливають розтопленим маргарином.

Кількість продуктів, г: картопля — 233, яйце — 2 шт., сухарі панірувальні — 12, гідрожир — 10, маргарин для по-

ливання — 10, риба хек напівфабрикат — 63, цибуля ріпчаста — 36. Вихід, г — 210.

Картопля, фарширована рибою. У сирої картоплі виймають середину. Філе риби без шкіри й костей пропускають через м'ясорубку, додають сире яйце, пасеровану цибулю, перець, сіль. Отриманим фаршем фарширують картоплю, заливають сметанним соусом і тушкують до готовності. При подачі посипають мілкорубаною зеленню.

Кількість продуктів, г: картопля — 255, цибуля ріпчаста — 36, риба хек напівфабрикат — 63, яйце — 1 шт., сметана — 50, маргарин — 5, борошно — 5. Вихід, г — 150/50.

Пироги картопляні по-волинськи. Сиру картоплю натирають, відкидають на сито, додають яйця, борошно, сіль, цибулю, перемішують. Для фаршу: розм'якшене вершкове масло солять, перемішують до однорідної маси, додають протертий сир, розсипчасту пшоняну кашу й добре перемішують. Формують довгасті пиріжки, кладуть на змазаний лист і випікають у шафі. Готові пироги укладають у сотейник, змазують сметаною й відпарюють 10 хв.

Кількість продуктів, г: картопля — 150, цибуля — 10, яйце — 1/4 шт., борошно — 5. Для фаршу: сир — 65, пшоно — 20, борошно — 5, сметана — 20. Вихід, г — 210/20.

Зрази картопляні. Масу готують, як для котлет. Фарш готують із пасерованої цибулі, кубиками нашаткованих відварених грибів і рубаних яєць. Масу розкачують коржем, на середину кладуть фарш і защипують краї, надаючи форму цеглинки з овальними краями. Панірують у сухарях або в борошні й обсмажують з обох боків. Подають із маслом, сметаною або із соусами червоним, томатним, грибним.

Кількість продуктів, г: картопля — 241, яйце — 1/10 шт., цибуля ріпчаста — 48, яйце для фаршу — 1/2 шт., сухарі панірувальні — 12, жир для смаження — 10, маргарин столовий — 5. Вихід, г: з маслом — 210; зі сметаною — 220; із соусом — 275.

Кабачки із грибами й помідорами. Нарізані кабачки панірують у борошні й обсмажують. Білі гриби ошпарюють, нарізають, смажать основним способом. Очищені помідори нарізають часточками й обсмажують. На блюдо укладають смажені кабачки, на них смажені гриби й помідори, заливають сметанним соусом, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: кабачки — 186, борошно — 5, гриби свіжі (білі) — 101, помідори — 93, жир — 20, соус або сметана — 20. Вихід, г: із соусом — 250, зі сметаною — 220.

ВИКОРИСТАННЯ ГРИБІВ

Свіжі гриби негайно піддають обробці, тому що вони швидко псуються. Первинна обробка грибів складається із сортування, очищення, промивання, нарізки. Для кращого кулінарного використання гриби сортують по величині на дрібні, середні й великі. Дрібні гриби використовують цілком; у середніх відокремлюють капелюшки, які вживають цілком, а ніжки подрібнюють; великі гриби нарізають або нарубують.

Білі, підберезники, красноголовці, моховики, лисички, опеньки, свинушки, сироїжки обробляють однаково: очищають нижню частину ніжки від землі й відрізають її на відстані 1,5 см від капелюшка, вирізують червиві й зіпсовані (потемнілі) місця, зскрібають із ніжок шкірочку й кілька разів промивають гриби в холодній воді. У сироїжок і печериць шкірочку можна знімати й з капелюшка, крім того, печериці промивають у воді з додаванням оцту, щоб охоронити їх від потемніння. Після промивання білі гриби й печериці кладуть на сито й ошпарюють 2-3 рази гарячою водою, а інші гриби проварюють 2-3 хв у киплячій воді.

Маслюки — ніжки очищають і відрізають від капелюшка, вирізують зіпсовані, червиві місця, з капелюшка видаляють слизувату шкірочку, після чого їх промивають і проварюють 2–3 хв у киплячій воді.

Рижики — очищають ніжки, вирізують зіпсовані, червиві місця, промивають і проварюють 1–2 хв у киплячій воді для видалення специфічного гіркого присмаку.

Грузді, козляки, волнушки, валуї у свіжому вигляді не вживаються. Як правило, їх використовують солоними або маринованими.

При холодній первинній обробці грибів виходять наступні відходи (в % до маси): білі — 24, печериці — 24, маслюки — 22, підберезники — 22, красноголовці — 22, сморчки — 16.

Солоні й мариновані гриби виймають із розсолу, промивають у холодній воді, сортують за розміром; великі екземпляри розрізують на частинки. Сушені гриби перебирають, видаляючи зіпсовані екземпляри, добре промивають у воді, міняючи її 3–4 рази, після чого замочують в 7-ми кратній кількості холодної води на 3–4 год, після чого ще раз ретельно промивають, воду проціджують і використовують для приготування грибного бульйону.

Із грибів готують холодні закуски, перші й другі страви.

Гриби, тушковані з картоплею. Гриби нарізають часточками й смажать у жирі. Очищену картоплю, нарізану кубиками або часточками, припускають до напівготовності в невеликій кількості води (0,2 л на 1 кг). Цибулю, нарізану півкільцями або часточками, пасерують.

Потім усе з'єднують, заправляють сметаною, червоним або сметанним соусом і тушкують до готовності. При подачі посипають дрібно нарізаною зеленню петрушки.

Кількість продуктів, г: гриби свіжі — 142, кулінарний жир — 15, картопля — 185, цибуля ріпчаста — 36, сметана — 30, зелень петрушки — 10. Вихід, г — 250.

Салат картопляний із грибами. Зварену у шкірці картоплю очищають, нарізають дрібними скибочками, додають нашатковані солоні або мариновані гриби й солоні огірки, ріпчасту цибулю, солять за смаком, заправляють сметаною, можна майонезом або салатними заправкам.

Кількість продуктів, г: картопля —115, гриби солоні — 30, цибуля ріпчаста — 20, солоні огірки —50, сметана —15, сметана або салатна заправка —50, сіль. Вихід, г — 100.

Гриби з цибулею. Мариновані або солоні гриби (білі, грузді, рижики) відокремлюють від маринаду або розсолу, ретельно перебирають і нарізають на скибочки або часточки. Перед подачею гриби заправляють рослинною олією або сметаною, укладають у салатник і посипають дрібно нарізаною цибулею.

Кількість продуктів, г: гриби мариновані або солоні — 98, цибуля ріпчаста — 12 або зелена — 12,5, олія рослинна — 10. Вихід, г — 100.

Ікра грибна. Ікру грибну готують із сушених або солоних грибів, а також з їхньої суміші. Підготовлені, сушені гриби варять до готовності, охолоджують, дрібно рубають або пропускають через м'ясорубку. Солоні гриби промивають холодною водою й також рубають. Дрібно рубану ріпчасту цибулю пасерують з рослинною олією, додають підготовлені гриби й смажать 10-15 хв. Заправляють ікру товченим часником, оцтом, перцем, сіллю, укладають у салатник або на маленьку тарілку й посипають зеленою цибулею.

Кількість продуктів, г: гриби білі сушені — 10 і солоні — 79, олія рослинна —10, цибуля ріпчаста — 15, цибуля зелена — 10, оцет 3 % — 5, часник — 0,5, перець — 0,02. Вихід, г — 100.

Помідори, фаршировані грибами. Верхню частину помідора частково підрізають так, щоб вона утворила кришечку. У нижній частині помідора роблять поглиблення для фаршу, виймаючи частину м'якоті. Помідори посипають сіллю й перцем і наповнюють фаршем. Для приготування фаршу солоні або мариновані гриби (білі, рижики або груз-

ді) дрібно шаткують, з'єднують із дрібно нарізаною цибулею і подрібненою м'якоттю помідорів. При подачі поливають майонезом або салатними заправкам.

Кількість продуктів, г: помідори — 147, гриби — 49, цибуля ріпчаста — 30 або зелена — 31, заправка салатна — 15 або майонез — 15. Вихід, г — 200.

Великою популярністю в Україні користуються галушки й локшина, тісто для яких готують з різного борошна, але найчастіше із пшеничного і гречаного. Перехідною формою борошняних страв від галушок і локшини до вареників можна вважати вареники. Їх готували, в основному, у піст і навесні, коли запаси продуктів зменшувалися. Вареники на відміну від вареників, обов'язково готували з начинкою. Як начинку використовують сир, ягоди, пиляну й гречану каші, квасолю, борошно. Борошняна начинка була типової для Полтавщини й Чернігівщини. У північно-східній частині України пекли гречаники. З кислого пшеничного або гречаного тісту пекли пампушки. Їх уживають до борщу, капустняку і як самостійну страву, заправивши рослинною олією і часником.

На Придніпровщині дуже розповсюдженою стравою з борошна були коржі з ряжанкою, медом, маком або салом. Кожний район України має свої відмінності в приготуванні страв, що сформувалися ще в стародавності. Наприклад, у Західній Україні широко поширені галушки із сирої картоплі й води. Варять їх у підсоленій воді й засмажують салом або їдять із бринзою, сиром, капустою.

СТРАВИ ІЗ КРУП, ЗЕРНОБОБОВИХ І МАКАРОННИХ ВИРОБІВ

Крупа — цінний харчовий продукт, що одержується при переробці зерна пшениці, проса, гречки, ячменя, вівса, кукурудзи, рису, бобових і т.д. Асортимент круп досить широкий. З ячменя готують ячні й перлові крупи; із проса — шліфоване пшоно; з вівса — вівсяну пропарену недріблену, плющену крупу й вівсяні пластівці; із гречки — ядрицю й проділ; з рису — рис шліфований, дроблений й полірований; з кукурудзи — дроблені й шліфовані крупи; із пшениці — манну й полтавську крупу; з гороху — лущений полірований цілий і колотий горох і т.д.

Кожна крупа повинна мати кольори, властиві даному виду: наприклад, рис — білий, пшоно — жовтий, гречана крупа — білий з жовтуватим або зеленуватим відтінком, вівсяна — сірувато-білий. Смак і запах також повинні відповідати виду крупи.

Крупи широко використовують для приготування перших і других страв, гарнірів, фаршів й інших кулінарних виробів.

Макаронні вироби також повинні мати властиві їм смак, запах і колір. Їх зберігають у сухих чистих приміщеннях при температурі 10—15 °С.

Розрізняють чотири типи макаронних виробів: трубчасті (макарони, пір'я, ріжки); ниткоподібні (вермішель); стрічкоподібні (локшина); фігурні (вушка, черепашки, зірочки й т.п.).

У крупах після промивання залишається значна кількість води (10—30 % маси крупи), це варто враховувати при розрахунку співвідношення води й круп, призначених для варіння. Перлову крупу для прискорення розварювання замочують у холодній воді, при цьому набухають білки, крохмаль і вуглеводи клітинних стінок. Набрякання перлової крупи практично закінчується через 4 год, за цей час вона збільшується в масі на 80 %.

Гречану крупу для прискорення варіння іноді присмажують до ясно-коричневого кольору при температурі 110—120 °С. Щоб крупа не підгоріла, її насипають шаром не більше 4 см і періодично перемішують. У результаті підсмажування кількість водорозчинних речовин у крупі зростає з 1,75 до 3,6 %. Останні роки гречану крупу обсмажують при виробництві, у магазини вона надходить світло-золотавого кольору й у підсмажуванні не має потреби.

Макарони перед тепловою обробкою розламують на шматки довжиною 10—12 см, сипучі макаронні вироби (локшина, вермішель і ін.) просівають для видалення мучелі й сторонніх домішок.

У процесі теплової обробки круп, зернобобових і макаронних виробів відбувається ряд фізико-хімічних змін речовин, що входять у ці продукти. Зокрема, при варінні круп і макаронних виробів уміст води в них сильно збільшується в результаті поглинання її з навколишнього середовища крохмалем. За кількістю води, що поглинається в процесі приготування розсипчастих каш, а отже, і по вологості останніх, крупи можна розташувати в такій послідовності: гречана — рис — пшоно — перлова.

Норми рідини й солі для варіння каш (на 1 кг крупи)

Каша	Вода, л	Сіль, г	Привар, %	Вихід, кг	Вологість, %
Гречана: розсипчаста	1,5	21	110	2,1	60
в'язка	3,2	40	300	4,0	79
Пшоняна:					
розсипчаста	1,8	25	150	2,5	66
в'язка	3,2	40	300	4,0	79
рідка	4,2	50	400	5,0	83

Каша	Вода, л	Сіль, г	Привар, %	Вихід, кг	Вологість, %
Рисова:					
розсипчаста	2Д	28	180	2,8	70
в'язка	3,7	45	350	4,5	81
рідка	5,7	65	550	6,0	87
Перлова					
розсипчаста	2,4	30	200	3,0	72
в'язка	3,7	45	350	4,5	81
Ячна:					
розсипчаста	2,4	30	200	3,0	72
в'язка	3,7	45	350	4,5	81
Вівсяна:					
в'язка	3,2	40	300	4,0	78
рідка	4,2	50	400	5,0	83
Вівсяна «Геркулес»					
в'язка	3,7	45	350	4,5	81
рідка	5,7	65	550	6,5	87
Манна:					
в'язка	3,7	45	350	4,5	81
рідка	5,7	65	550	6,5	87
Пшенична:					
розсипчаста	1,8	25	150	2,5	66
в'язка	3,2	40	300	4,0	79
рідка	4,2	50	400	5,0	83
Кукурудзяна:					
розсипчаста	2,4	30	200	3,0	72
в'язка	2,7	35	250	3,5	76
рідка	4,2	50	400	5,0	83

Крім того, при тепловій обробці круп спостерігаються втрати поживних речовин, які ще більше зростають у тих випадках, коли відвар відокремлюють від кулінарного виробу, наприклад при варінні каш зливальним способом. Зменшується й вміст азотистих речовин: у пшоні — у середньому на 6 % первісної кількості, у гречаній ядриці — на 7 і у вівсяній крупі — на 5 %. Загальний вміст речовин, що переходять у відвар у макаронних виробах, становить 2,5 % їхньої маси.

Із круп можна готувати каші на воді, цільному або розведеному молоці, бульйоні. По консистенції каші ділять на розсипчасті, в'язкі й рідкі (залежно від співвідношення крупи й рідини, узятих при варінні).

Із круп готують запіканки, пудинги, крученики, котлети, биточки, галушки.

Нижче наводяться рецептури страв і кулінарних виробів із круп і борошна, розроблені кращими кулінарами різних областей України.

Бануш із бринзою. Сметану перемішують із кип'яченою водою й дають закипіти, всипають кукурудзяне борошно, варять до готовності. При подачі посипають бринзою.

Кількість продуктів, г: борошно кукурудзяне — 86, сметана — 130, вода — 100, бринза — 30. Вихід, г — 300/30.

Каша із грибами. Варять розсипчасту рисову або пшоняну кашу й з'єднують її з вареними, а потім обсмаженими з цибулею грибами.

Кількість продуктів, г: рис — 65 або пшоно — 72, гриби сушені — 10, цибуля — 12, маргарин — 10. Вихід, г — 200.

Каша грибна чумацька. Цибулю нарізають кубиками, обсмажують на салі. Наприкінці смаження додають відварені гриби, нарізані скибочками. Розсипчасту пшоняну кашу, зварену до напівготовності, змішують зі смаженими грибами й доводять до готовності в духовці. При подачі посипають дрібно нарізаною м'ятою.

Кількість продуктів, г: пшоно — 50, гриби свіжі — 132, шпик — 10, цибуля — 12, м'ята — 2. Вихід, г — 200.

Каша пшоняна із чорносливом. Підготовлений чорнослив заливають водою, варять до готовності із частиною цукру. Виймають кісточки. Зварену з маслом розсипчасту кашу складають у змазаний, жиром сотейник, перекладаючи чорносливом, і прогрівають у духовці. При подачі поливають сиропом, приготованим з відвару чорносливу й цукру.

Кількість продуктів, г: пшоно — 50, масло вершкове — 10, цукор — 5, чорнослив — 40; на сироп: відвар від чорносливу — 50, цукор — 10. Вихід, г — 185/50.

Зрази кукурудзяні. У в'язку кукурудзяну кашу додають яйця, сіль, перець, добре вимішують. Формують коржі, на середину яких кладуть фарш із тушкованої капусти, надають форму зразів, панірують у сухарях і смажать основним способом.

Кількість продуктів, г: крупа кукурудзяна — 25, капуста свіжа — 247, цибуля — 12, яйце — 1/5 шт., олія рослинна — 5, маргарин — 5, сухарі — 5, масло вершкове — 10. Вихід, г — 200/10.

Галушки з маслом, сметаною або соусом. З борошна, яєць, солі, молока або води замішують тісто, розкачують його товщиною 3—4 мм і нарізають квадратиками 10—15 × 10—15 мм, відварюють у підсоленій воді 10—15 хв. Готові галушки виймають шумовкою, дають стекти воді й заправляють вершковим маслом або сметаною, або грибним соусом.

Кількість продуктів, г: борошно —100, яйце — 1/8 шт., молоко або вода —50, масло вершкове —10, або сметана —30, або соус грибний —20. Вихід, г — з вершковим маслом 205/5, зі сметаною —205/30, із соусом — 205/50.

Галушки з медом. Галушки готують, як у попередній рецептурі, подають із медом.

Кількість продуктів, г: борошно —60, яйце — 1/3 шт., вода — 40, мед — 50. Вихід, г — 200/50.

Галушки із сиром запечені. Галушки замішують, як у попередній рецептурі, відварюють, з'єднують із протертим сиром, заправленим сіллю й цукром, перемішують. Викладають на змазану маслом сковороду, заливають сметаною, змішаної з яйцями, і запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: борошно — 50, яйце — 1/4 шт., молоко або вода — 25, масло — 6, сир — 100, цукор — 20, для заливання: сметана — 20, яйце — 1/10 шт. Вихід, г — 230.

Гречаники зі шкварками. Борошно, яйця, цукор, сіль, соду ретельно вимішують до однорідної консистенції, збивають. На розігрітий лист наливають ложкою збиту масу й випікають гречаники. Окремо смажать шпик з цибулею. При подачі на тарілку кладуть гречаники, зверху — шкварки.

Кількість продуктів, г: борошно гречане — 60, борошно пшеничне — 10, молоко або вода — 120, яйце — 1/4 шт., цукор — 3, жир свинячий — 10, сода — 0,05; для шкварок: шпик — 36, цибуля — 48. Вихід, г — 160/50.

Гречаники по-шевченківськи. Замішують тісто, як на оладки, залишають на 1,5—2 год для шумування. Смажать, як оладки, доводять

до готовності в духовці. Сало нарізають і обсмажують із цибулею. Подають гречаники зі смаженим цибулею.

Кількість продуктів, г: борошно пшенична — 30, борошно гречана — 60, молоко — 40, вода — 20, сіль — 3, дріжджі — 2,5, яйце — 1/5 шт., цукор — 2, сало — 7, цибулю — 30, смалець — 10. Вихід, г — 150/50.

Вареники, запечені в сметані. Дріжджове тісто розкачують у шар товщиною 1,5—2 мм і розрізають на квадратики розміром 7×7 см. Сир протирають, заправляють яйцями, цукром і сіллю. Підготовлений фарш розкладають на середину квадратиків, краї тіста з'єднують, додавши напівфабрикатам форму трикутника, залишають для відстоювання й варять у підсоленій воді. Готові вареники перемішують із сиром, укладають у порціонні горщики, поливають вершковим маслом, сирими яйцями, змішаними зі сметаною й цукром, і запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: борошно — 56, яйце — 1/4 шт., дріжджі — 2, цукор — 2, вода — 24; для начинки: сир — 70, яйце — 1/5 шт., цукор — 5, масло вершкове — 5; для заправка: сир — 51, яйце — 1/8 шт., сметана — 25, цукор — 5. Вихід, г — 250.

Вареники із щавлем. З борошна, води, яєць і солі замішують тісто. Покривши його вологою тканиною, дають відлежатися 30-40 хв. Для фаршу: щавель перебирають, промивають, шаткують, додають цукор і злегка приминають. Сформовані вареники варять у підсоленій воді. При подачі поливають сметаною або вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: борошно — 52, яйце — 1/10 шт., вода — 20, сіль — , щавель — 30, цукор — 15, масло вершкове — 10 або сметана — 20. Вихід, г — з маслом 200/10, зі сметаною-200/20.

Вареники з омлетом. Шинковану цибулю злегка пасерують, потім змішують із сирою яєчною масою й смажать, як натуральний омлет. Прісне тісто розкачують у шар товщиною 1,5 мм, розкладають фарш у вигляді кульок, закривають його тістом і вирізують виїмкою. Варять вареники перед подачею в підсоленій киплячій воді. Подають із рослинною олією і смаженою цибулею.

Кількість продуктів, г: борошно пшенична — 60, вода — 20, цукор — 2, яйце — 1/8 шт.; для фаршу: яйце — 1,5 шт., цибуля ріпчаста — 12, молоко — 10; маргарин — 7, цибуля ріпчаста — 36, олія рослинна — 10. Вихід, г — 215.

Вареники гречані із сиром, запечені в горщику. У протертий сир кладуть сіль, цукор, яйця й все добре перемішують. У просіяному борошні роблять поглиблення у вигляді лійки, у яке кладуть сіль, цукор, яйця, вливають холодну воду й замішують тісто. З розкатаного й нарізаного на шматочки тіста роблять вареники, варять у підсоленій киплячій воді. Варені вареники складають у підготовлені горщики й заливають вершковим маслом, ставлять у жарову шафу й запікають. Подають у горщиках зі сметаною.

Кількість продуктів, г: борошно гречане — 60, вода — 20, цукор — 2, яйце — 1/10 шт.; для фаршу: сир — 100, цукор — 10, яйце — 1/10 шт., масло вершкове — 20, сметана — 20. Вихід, г — 240.

Вареники з калиною. Калину посипають цукром, складають у посуд, закривають кришкою й тушкують, охолоджують. Прісне тісто розкачують у шар товщиною 1,5 мм, розкладають фарш у вигляді кульок, закривають його тістом і вирізають виїмкою. Варять вареники перед подачею в підсоленій киплячій воді. Подають із медом або із цукром.

Кількість продуктів, г: борошно — 52, вода — 20, цукор — 2, яйце — 1/4 шт., сіль — 1; для фаршу: калина — 130, цукор — 25, мед — 20, цукор — 20. Вихід, г — 200/20.

Вареники з маком і медом. Підготовлене прісне тісто тонко розкачують, вирізують кружечки, на середину яких кладуть фарш, і защипують. Відварюють. При подачі поливають медом. Для фаршу: перебраний мак промивають кілька разів у теплій воді. Запарюють окропом, дають постояти 3-4 год, зціджують воду й розтирають у макітрі, додаючи цукор, або пропускають кілька разів через м'ясорубку.

Кількість продуктів, г: борошно — 50, яйце — 1/4 шт., вода — 15, мак — 50, цукор — 20, мед — 20. Вихід, г — 160/20.

Вареники з виноградом. Замішують тісто, дають відлежатися 30-40 хв, покривши вологою тканиною. Для фаршу, виноград перебирають, промивають, дають воді стекти. На розкатане тісто укладають ягоди винограду, посипають цукром і защипують. Відварюють. При подачі поливають сиропом або медом.

Кількість продуктів, г: борошно — 52, яйце — 1/10 шт., вода — 20, виноград — 104, цукор — 10, сироп або мед — 15. Вихід, г — 200/15.

Пельмені із зеленню й сиром. Замішують круте тісто з води, яєць, солі, борошна. Для фаршу: зелень перебирають, промивають, шаткують, додають сир, натертий на тертці, перемішують. Формують пельмені за допомогою спеціального пристрою або вручну. Відварюють у підсоленій воді. При подачі поливають маслом або сметаною.

Кількість продуктів, г: борошно — 66, яйце — 1/2 шт., вода — 25, зелень (кріп, петрушка) — 70, сир — 70, масло вершкове — 10 або сметана — 20. Вихід, г — з маслом 200/10, зі сметаною — 200/20.

Пельмені фірмові. Замішують круте тісто. Для фаршу: сире м'ясо подрібнюють на м'ясорубці, додають цибулю, сіль, перець, воду, добре вимішують. Формують пельмені, відварюють, додають бульйон і тушкують. Гриби пасерують з цибулею і тушкують зі сметаною. Відварені пельмені заливають соусом з печінки й грибів і запікають у горщиках.

Кількість продуктів, г: борошно — 66, яйце — 1/8 шт., вода — 23, свинина — 53, гриби сушені — 30, цибуля — 12, печінка — 20, бульйон — 10, жир — 5, масло вершкове — 5, сметана — 20. Вихід, г — 250.

Пельмені по-улановски. Картоплю очищають, натирають на тертці, віджимають, додають борошно, яйце. Для фаршу: м'ясо подрібнюють, додають сіль, перець, цибулю. З картопляного тіста формують пельмені, відварюють. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: картопля — 200, яйце — 1/5 шт., борошно — 20, яловичина — 80, цибуля — 8, масло вершкове — 10. Вихід, г — 200/10.

Лазанки із салом і сиром. З борошна, яєць, води й солі замішують круте тісто, розкачують його товщиною 1 мм, злегка підсушують, нарізають смужкою шириною 6-7 см, потім поперек шириною 1-1,5 см і відварюють. Готові лазанки перемішують зі смаженим салом, сиром, заливають сметаною й прогрівають у духовці.

Кількість продуктів, г: борошно — 35, яйце — 1/4 шт., вода — 7, шпик — 31, сир — 61, сметана — 30. Вихід, г — 200.

Лазанки з капустою й салом. Замішують круте тісто, розкачують, нарізають трикутниками або прямокутниками (ширина 6—7 см, довжина 1—1,5 см), відварюють у підсоленій воді, перемішують зі смаженим салом і тушкованою капустою, поливають пряженим салом.

Кількість продуктів, г: борошно — 35, яйце — 1/4 шт., вода — 7, капуста — 120, шпик — 50. Вихід, г — 200.

Кнедлі з ягодами. Відварену картоплю протирають, додають яйця, борошно. Замішують тісто, розкачують його, нарізають у вигляді прямокутника, на середину якого кладуть ягоди, і защипують. Відварюють, подають зі сметаною й цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: борошно — 60, яйце — 1/5 шт., картопля — 133, сливи консервовані або полуниця — 90, цукрова пудра — 10, сметана — 30. Вихід, г — 250/30/10.

Вертута кримська. Замішують круте прісне тісто, розкачують у шар 1—2 мм, змазують маслом. Зверху наносять шар сирного фаршу й загортають у вигляді рулету. Нарізають довжиною 6-7 см, укладають на сковороду, змазану маслом, заливають сметаною й запікають до готовності. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: борошно — 95, яйце — / шт., вода — 23, сир — 125, масло вершкове — 27, сметана — 50. Вихід, г-225/25.

Млинці «Новина». Моркву очищають від шкірки й тушкують. Готову моркву протирають. Для приготування млинців у теплому молоці розчиняють цукор, сіль, дріжджі, додають борошно, яйця, протерту моркву й перемішують до однорідної маси. Приготоване тісто витримують у теплому місці 2-3 год. Випікають млинці на добре нагрітих сковородах. При подачі поливають сметаною.

Кількість продуктів, г: морква — 40, борошно I с. — 26, молоко — 50, яйце — 1/2 шт., цукор — 4, масло вершкове — 2, сметана — 20, дріжджі — . Вихід, г — 130/20.

Млинці по-христинівськи. Яйце, сіль, цукор змішують із холодним молоком або водою. У цю суміш всипають просіяне борошно й розмішують металевим вінчиком до утворення однорідного рідкого тіста. Потім проціджують через сито. З отриманого тіста випікають тонкі млинці по 2-3 шт. на порцію. На підсмажену сторону млинців кладуть фарш, що складається із пропущеного через м'ясорубку філе риби, розсипчастого рису й пасерованої цибулі, загортають у вигляді прямокутних плоских пиріжків і обсмажують. При подачі млинчики поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: скумбрія (філе) — 91, сало топлене — 7, цибуля ріпчаста —12, рис — 9; борошно —75, яйце — 1/2 шт., сіль — 1,5, молоко —185, цукор — 5; сало — 3, масло вершкове — 15. Вихід, г — 260/15.

Млинці студентські. У просіяне борошно вводять молоко, цукор, яйце, сіль і готують млинцеве тісто. Готують фарш: нарізану моркву тушкують на вершковому маслі, перемішують із родзинками. На обсмажену сторону млинчика кладуть фарш, загортають у вигляді трубочки, присмажують. При подачі поливають сметаною, посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: борошно в/г — 40, молоко-100, яйце-1/5 шт., цукор-23, масло вершкове — 15, родзинки — 20, морква — 15, сметана — 30, цукрова пудра — 5. Вихід, г — 210/30.

Оладки з яблуками. Наготовлюють дріжджове тісто для оладок. Коли тісто підійде, додають яблука, очищені й нарізані скибочками. Акуратно перемішують і смажать. Подають по 2 шт. на порцію зі сметаною.

Кількість продуктів, г: борошно в/г — 40, яйце — 1/5 шт., цукор — 15, дріжджі — 6, яблука — 30, маргарин — 9, сметана — 30, молоко — 60. Вихід, г — 130/30.

Оладки аматорські. Сиру очищену картоплю натирають на тертці, додають свинячий фарш, пасеровану цибулю, сіль, перець, ретельно перемішують, смажать основним способом. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: картопля — 150, свинина — 120, цибуля ріпчаста — 24, олія рослинна — 15, сметана — 30. Вихід, г — 200/30.

Зрази манні зі свіжими фруктами й сиром. Готову манну кашу, зварену на молоці з водою або на незбираному молоці, охолоджують до 60—70 °С, додають у неї сирі яйця, цукор, яблука й сир, формують по дві штуки на порцію. Решітку парового казана змазують маслом і укладають зрази. На парі доводять до готовності. Подають зрази зі сметаною.

Кількість продуктів, г: крупу манна — 54, молоко — 50, цукор —10, масло вершкове —5, яблука свіжі — 23, сметана —24, яйце — 1/10 шт., сир — 20. Вихід, г — 250/20.

Присканці з яблуками. Наготовлюють дріжджове тісто як на оладки, додають яблука, очищені, нарізаними скибочками. Тісто залишають для зквашування на 1,5—2 год. Смажать основним способом. Подають зі сметаною, варенням або медом.

Кількість продуктів, г: борошно — 63, молоко — 65, дріжджі — 2, яйце — 1/4 шт., цукор — 2, яблука — 42, олія рослинна — 10, сметана або варення або мед — 30. Вихід, г — 150/30.

Струдель із сиром і зеленою цибулею. Замісити тісто, як для вареників, але з додаванням рослинної олії, дати тісту відстоятися. Тонко розкотати, потім тісто витягнути так, щоб воно було прозорим, збризкати рослинною олією, розкласти фарш, загорнути у вигляді рулету й укласти на змазаний лист. Дати відстоятися, випекти струдель у духовій шафі. Готовий струдель нарізати навскіс, окремо подати сметану.

Кількість продуктів, г: борошно — 50, олія рослинна — 2, цукор — 1, вода для замісу — 20, сметана — 25; для фаршу: сир — 60, цибуля зелена — 60, яйце — 1/5 шт. Вихід, г — 160/25.

Запіканка з домашньої локшини. Домашню локшину варять, не промиваючи, потім змішують із сиром, сирими яйцями, сіллю, цукром і запікають. Подають із маслом або сметаною.

Кількість продуктів, г: борошно — 40, яйце — 1/2 шт., сир — 66, цукор — 10, маргарин — 3, сметана — 3, сухарі — 3, масло вершкове — 10. Вихід, г — 200/10.

Баниця. Замішують круте прісне тісто й залишають для набрякання на 30—40 хв, потім ділять на рівні частини й розкачують дуже тонко (0,7—0,8 мм) листи круглої форми. На змазану вершковим маслом сковороду, укладають листи тіста, призбирають, зменшуючи коло тіста, змазують вершковим маслом і сиром, з'єднаними з яйцями, зверху укладають такий же призбираний лист тіста й теж змазують вершковим маслом і сиром. Так 12 разів. Перед випічкою баницю поливають вершковим маслом, збризкують молоком і випікають у духовій шафі. Випечену баницю посипають цукром. Подають у гарячому вигляді.

Кількість продуктів, г: борошно — 64, вода — 20, сир — 80, масло вершкове — 30, яйце — 1/2 шт., молоко — 10, цукор — 10. Вихід, г — 200.

Пиріжки караїмські. Замішують круте прісне тісто, після відстоювання розкачують на тонкі шари (3 шт.), прошаровують жиром топленим і скручують у джгути, витримують на холоді не менш 5 год. Для фаршу: м'ясо подрібнюють на м'ясорубці, додають дрібно нарізану цибулю, сіль, перець, воду. Формують у вигляді півмісяця з фігурними краями. Змазують яйцем, випікають при температурі 220—250 °С.

Кількість продуктів, г: борошно — 60, жир — 10, цибуля — 20, яйце — 1/8 шт., маргарин-5, вода-25, свинина-43. Вихід, г — 130.

Беляші з рибою. Дріжджове тісто розбирають на коржі, на середину яких укладають рибний фарш. Краї коржа защипують і надають їм

плоскої форми. Смажать беляші на рослинній олії з обох боків до готовності, причому спочатку їх кладуть на сковорідку фаршем униз.

Кількість продуктів, г: хек сріблистий — 214, борошно пшеничне — 40, молоко — 2, дріжджі — 0,1, цибуля ріпчаста — 12. Вихід, г — 105.

Пироги по-уланівськи. Горох замочують на 4-6 год. Готують дріжджове тісто. Замочений горох із дрібно нарізаною сирою цибулею розтирають до одержання однорідної маси. Тісто розкачують у шар, нарізають довгасті смужки довжиною 10, шириною 5 см. На середину укладають фарш із гороху, защипують краї по типу беляшів (середина залишається відкритою). Приготовлені вироби укладають на лист, змазують яйцем. Випікають. Перед подачею поливають приправою — товченим часником із сіллю й рослинною олією.

Кількість продуктів, г: борошно — 47, яйце — 1/8 шт., дріжджі — 1,3, маргарин — 3, горох — 25, цибуля — 25, олія рослинна — 5, часник — 3. Вихід, г — 75.

Коржі з маком. У просіяне борошно вливають молоко або воду з розчиненими сіллю й содою, додають яйця, розм'якшений маргарин, мак, мед і замішують тісто. Розкачують його в шар товщиною 0,5 см, укладають на змазаний маргарином лист, роблять невеликі надрізи у вигляді квадратиків, проколюють їх і випікають. Готові коржі розламують і поливають маком, розмішаним із сиропом.

Кількість продуктів, г: борошно — 65, молоко або вода — 25, яйце — 1/10 шт., маргарин — 5, мед — 3, мак — 2; вода — 30, мак — 20, цукор — 20. Вихід, г — 100/50.

Чебуреки кримські. Для фаршу м'ясо й цибулю пропускають через м'ясорубку, заправляють сіллю, перцем, розводять водою. Замішують тісто з борошна, яйця й підігрітої до 30—35° води. Отримане круте тісто залишають для дозрівання на 30—40 хв. Потім приступають до формування виробів: тісто розкачують у вигляді кружечків, кладуть фарш і обробляють у вигляді півмісяця, смажать у жирі (напівфритюрі) протягом 1—1,5 хв при температурі 170—180°.

Кількість продуктів, г: борошно — 27, жир пряжений — 6, цукор-пісок — 3, яйце — 1/8 шт.; яловичина — 20 або свинина — 17, цибуля — 3, вода — 6, жир топлений — 8. Вихід, г — 60.

Рибні страви

Риба посідає значне місце в харчуванні населення України. Улюбленими стравами здавна вважалися: карась запечений у сметані; щука тушкована із хріном; короп тушкований у сметані; судак запечений із грибами та інші.

Багато в Україні рік і річечок, озер і ставків, у яких дотепер можна зустріти щуку, сома, ляща, коропа, карася, судака. Рибу смажать, тушкують, запікають. Особливою популярністю користується риба фарширована. Одержали поширення страви з рубаної й котлетної маси. При виготовленні кулінарних виробів рибу з'єднують із різними, здавалося б несполучними, продуктами: м'ясом, салом, молоком.

До страв з риби можна подавати картопляне пюре, картоплю відварну, смажену, овочі відварні й припущенні, а також складні гарніри, рецептури яких наведені далі. При подачі страви з риби поливають, як правило, вершковим маслом, соуси — томатні, сметанні, білий основний і його похідні — подають окремо або підливають під основний продукт. Зелень петрушки, кропу, салату прикрасить будь-яку рибну страву.

Основну цінність риби становлять білки, вміст яких коливається від 13 до 23 %. Жиру в рибі залежно від виду міститься від 1,5 до 35 %, причому він має низьку температуру плавлення, легко засвоюється й багатий вітамінами В, В6, В12, РР. Крім того, є до 5 % мінеральних солей.

Вміст жиру — один з головних показників, по якому судять про цінність того або іншого виду риби. За цією ознакою її звичайно розділяють на три групи: пісні, у яких кількість жиру не перевищує 2 % (тріскові, судак, щука); середньої жирності — у середньому 2-8 % (більшість коропових, сом, камбала); жирні — більше 8 % (осетрові, лососі, оселедці й ін.); (табл. 4).

Сполучної тканини в рибі в 5 разів менше, ніж у м'ясі; еластин практично відсутній, тому з риби готують страви будь-яким способом теплової обробки.

Найбільшу цінність представляє жива риба, тому що вона містить біологічно повноцінні білки, жири, що легко засвоюються, високої активності вітаміни, мінеральні речовини.

ВМІСТ У РИБІ БІЛКІВ І ЖИРІВ, % ВІД МАСИ ТІЛА

Вид риби	Білки	Жири
Аргентина	17—18	2,3
Барабуля	19,5	—
Баттерфиш	16—18	6—14

Вид риби	Білки	Жири
Зубан	18—19	0,3—0,7
Карась	20	1
Риба-капітан	20	0,3
Лящ морський	19	9—14
Луфарь	21	0,4
Макрель	21,6	0,8
Марлан	20—25	0,4—2,8
Мероу	19—20	0,8—3,0
Вітрильник	22—25	1,4-2,1
Риба-шабля	19	1,0—1,8
Сом океанічний	17,4	1,7-4,6
Ставрида атлантична	19—26	0,2—1,8
Тунець	22—26	0,2—1,8
Умбріана	19,3	0,1
Хек сріблястий	6,5—13	2,0—3,5

ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ З ВІДВАРНОЇ РИБИ

Для відварних страв використовують рибу всіх видів, однак деякі види (сріблястий хек, оселедець, карась, омуль, навага, корюшка) найбільш смачні в смаженому вигляді. Для відварних страв із частикових використовують цілі тушки дрібної риби масою 200 г, а також порціонні шматки, нарізані з філе зі шкірою й костями. Для приготування банкетних страв велику рибу (судак, лосось, форель, щуку й ін.) також варять цілими тушками. Осетрову рибу розділяють на ланки зі шкірою й хрящами, при цьому для видалення згустків крові їх добре зачищають і промивають.

Рибу варять у сотейниках або глибоких листах при закритій кришці. Для збереження форми порціонні шматки укладають шкірою догори; велику рибу цілою тушкою перев'язують шпагатом і кладуть на решітку рибного казана черевцем униз; ланки осетрової риби перев'язують шпагатом і кладуть шкірою вниз.

Під час варіння риба повинна бути повністю покрита водою (150 г води на 100 г риби). Порціонні шматки заливають гарячою водою, цілі тушки великої риби й ланки осетрової для кращого проварювання заливають холодною водою, додають сіль, а для ароматизації — цибулю, моркву, перець або селеру, спеції. Для осетрових ці добавки беруть у помірних кількостях, щоб вони не заглушили приємний смак і аромат риби. Для морських видів (тріска, морський окунь, камбала), що мають специфічний за-

пах, готують пряний відвар з підвищеним вмістом спецій і овочів, у який і кладуть рибу. Іноді також додають огірковий розсол.

Відварюючи форель і лосось, для збереження кольорів додають оцет з розрахунку 10 г на 1 г води. Після закипання води або відвару варіння ведуть без кипіння при температурі 90—95 °С для збереження соковитості й форми риби. Готовність її перевіряють кухарською голкою (вона входить вільно, виступає прозорий сік). Порціонні шматки варять 10-15 хв, великі тушки й ланки — 1 год і більше. Втрати в маси близько 20 %.

Готову рибу зберігають у відварі 30—40 хв при температурі 50—60 °С. Для приготування холодних страв ланки осетрової риби охолоджують у відварі до 30—40 °С, потім видаляють хрящі, знімають згустки білка й охолоджують на обробних дошках.

Відварну рибу подають із гарніром з вареної картоплі, картопляного пюре, відварених кабачків, гарбуза із зеленим горошком. Додатково на гарнір подають свіжі, солоні й мариновані огірки або помідори, варених раків. Крім того, до відвареної риби подають соуси (польський, раковий, голландський, томатний з овочами, білий з каперсами, соус-хрін з оцтом). Зверху страву посипають зеленню петрушки й кропу. В українській кухні відварну рибу подають із білим соусом із щавлем і з білим кисло-солодким соусом з родзинками.

Припускання є різновидом варіння з додаванням до риби невеликої кількості рідини (30 % до маси риби). Припущена риба більше смачна й поживна, тому що в ній менше втрат при тепловій обробці, тканини її ніжніші, тому цей спосіб теплової обробки застосовують досить часто. Для припускання частикову рибу нарізають на порціонні шматки зі шкірою без костей. Невеликі екземпляри використовують цілими тушками (форель, судак). Осетрову рибу припускають ланками зі шкірою без хрящів або у вигляді порційних шматків, нарізаних з ланок зі шкірою або без її. Припускають рибу в такому ж посуді, що й варять, під закритою кришкою з додаванням ароматичних коренеплодів, пряностей, солоних огірків і ін. Порціонні шматки частикової риби укладають на ґрати шкірою вниз, ланки осетрової риби — також шкірою вниз; порціонні шматки з осетрових укладають із нахилом один на іншій, цілі тушки — на черевце. Заливають гарячим рибним бульйоном або водою з розрахунку 0,3 л на 1 кг, додають цибулю, білі корені, біле сухе вино, відвар грибів. Для риби морських порід додають у воду лимонну кислоту, огірковий розсол, оцет. В українській кухні є страви з риби, головним чином морської, припущенної в молоці з додаванням цибулі й рослинної олії.

У деяких країнах рибу припускають у пиві.

Порціонні шматки можна припускати в жаровій шафі, попередньо закривши їх зверху целофаном або пергаментом. Тривалість припускания порціонних шматків — 10—15 хв, ланок і тушок — 30—45. Втрати становлять 15—20 %. Гарніром до припущенної риби служать відварна картопля, овочі, ракові шейки.

Припущенну рибу подають із рибними соусами (паровим, томатним, «Розсол», «Біле вино», «Російським»), якими поливають рибу зверху, щоб замаскувати поверхня шматків. Для приклада приведемо технологію приготування судака по-російському.

Риба по-російському (припущенна). Порціонні шматки риби зі шкірою й реберними костями укладають у посуд з нахилом один на інший, наливають бульйон або воду так, щоб риба була залита на $^{1/3}$ її обсягу, додають сіль, перець горошком, лавровий лист, селеру, петрушку, ріпчасту цибулю (можна влити біле виноградне вино, грибний відвар) і під щільно закритою кришкою при дуже слабкому кипінні припускають на плиті протягом 10—15 хв. Припущенний шматок риби кладуть у глибоке блюдо або тарілку, поруч укладають відварну гаряча картоплю й заливають соусом (томатним, «Російським»). Рибу можна прикрасити каперсами, маслинами, кружечками очищеного лимону або крабами.

Так можна приготувати судака, осетра, ставриду, тріску, морського окуня й ін.

Різновидом припущенної риби є риба фаршірована. Підготовлені напівфабрикати у вигляді цілої тушки для збереження форми обертають у марлю, укладають на решітку й припускають із додаванням спецій і білого коріння. Подають із відварною картоплею, поливають томатним соусом або бульйоном, отриманим при припусканні. Фаршировану рибу у вигляді порціонних шматків укладають на листи, припускають у бульйоні в жаровій шафі, накривши зверху пергаментом.

Прикладом технології приготування припущенної риби є судак припущенний.

Наводимо рецептуру й технологію приготування різних рибних страв, розроблених кращими кулінарами УКООПСПІЛКИ.

Судак припущенний. Порціонні шматки риби зі шкірою й реберними костями укладають у посуд похило один на інший, наливають бульйон або воду так, щоб риба була залита на 1/3, додають сіль, перець горошком, лавровий лист, селеру, петрушку, ріпчасту цибулю (можна додати біле виноградне вино, відвар від печериць) і під щільно закритою кришкою при дуже слабкому кипінні припускають на плиті протягом 10—15 хв.

Припущенний шматок судака кладуть у глибоке блюдо або тарілку, поруч укладають відварну гарячу картоплю й заливають соусом томатним із прогрітим у ньому гарніром. Рибу можна прикрасити кружечками очищеного лимона й раковою шийкою або крабами.

Так само можна приготувати осетра, севрюгу, ставриду, тріску, окуня морського й інший види риби.

Кількість продуктів, г: судак — 239, морква — 8, цибуля ріпчаста — 4, петрушка (корінь) — 8, огірки солоні — 12, гриби — 14, каперси — 8, маслини — 12, соус — 75, гарнір — 150. Вихід, г — 350.

Осетрина по-російському. Оброблену сиру ланку осетрини нарізають на маленькі шматочки й припускають їх. На бульйоні, що залишився після припускання осетрини, готують томатний соус «Російський». Припущену осетрину (2—4 шматочки) укладають в 1—4 кокотниці або на порціонну сковорідку (на дві-чотири порції), поливають томатним соусом з овочами й доводять до кипіння. Прикрашають страву лимоном, раковими шийками або шматочками крабів. Так само можна приготувати севрюгу, білугу, стерлядь, судака, щуку, вугор, минь, тріску. Осетрина по-російському найчастіше використається як гаряча закуска.

Кількість продуктів, г: осетрина — 248, морква — 8, цибуля ріпчаста — 4, петрушка (корінь) — 8, огірки солоні — 12, гриби білі свіжі — 14, каперси — 8, маслини — 12, соус — 75, гарнір — 150. Вихід, г — 350.

Різновидом припущенної риби є риба фаршированна. Підготовлені напівфабрикати у вигляді цілої тушки обертають марлею для збереження форми, укладають на решітку рибного казана або в каструлю й припускають із додаванням спецій і білих коренів. Таку рибу з відварною картоплею подають политою томатним соусом або бульйоном, отриманим при припусканні.

У вигляді порціоних шматків фаршировану рибу укладають на листи, припускають у бульйоні в жаровій шафі, прикривши зверху пергаментом.

Лосось «Бельвю»

Найменування страви	Брутто	Нетто	Технологічні вимоги до якості сировини
Лосось патрашений з головою		2,800	Сировина відповідає вимогам чинних стандартів
Сіль	0,100	0,100	
Рибні спеції	0,050	0,050	
Желатин	0,015	0,015	
Лимон	0,150	0,150	
Огірки	0,300	0,300	
Помідори	0,300	0,300	
Маслини	0,100	0,100	
Горошок зелений	0,150	0,150	
Зелень м’яти	0,030	0,030	
Зелень окропу	0,041	0,030	
Вихід однієї страви			

Технологія приготування страви. Рибу почистити та промити. Видалити плавці. Із середини посипати сіллю та перцем, завернути в серветку. Помістити рибу в гарячу форму, варити. Охолонувшу рибу витягти, зняти серветку. Обережно видалити частину шкіри й видалити хребетну кістку.

Форель фарширована «Святкова»

Найменування сировини	Рецептура на 10 порцій
Форель	1530 |
Лимон	80
Печериці	1000
Цибуля ріпчаста	200
Олія оливкова	500
Часник	20
Сир твердий	400
Майонез	300
Сіль	10
Перець	5
Маса н/ф	225
Маса готової страви	170

Технологія приготування. Філе форелі промиваємо в холодній воді, обсушуємо, збризкуємо лимонним соком і залишаємо на 1 год. для маринування. Готуємо фарш: дрібно нарізані печериці смажимо з цибулею на оливковій олії, добавляємо порізану зелень, товчений часник, натертий на грубій тертці твердий сир, майонез. Готовий фарш викладаємо на філе.

ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ ЗІ СМАЖЕНОЇ РИБИ

Рибу смажать основним способом, у фритюрі й на відкритому вогні.

Страви з риби, смаженої основним способом. Порціонні шматки або тушки дрібної риби солять, посипають перцем, панірують у борошні, смажать на сковородах з розігрітим жиром (температура 140—150 °С) до утворення по обидва боки золотавої скоринки й доводять до го-

товності протягом 5—7 хв у духовій шафі. Подають зі смаженою картоплею, розсипчастими кашами, картопляним пюре, прикрашають зеленню, поливають маслом або окремо подають соус (томатний, томатний з овочами, сметанний).

Страви з риби, смаженої у фритюрі. Для їхнього приготування використовують дуже дрібну рибу (навага, корюшка, йорж), порціонні шматки без шкіри й костей, з осетрових риб — шматочки без хрящів. Підготовлені шматки панірують у борошні, л'єзоні або сухарях. Для фритюру використовують суміш тваринних і рослинних жирів. Жиру беруть чотири — або дворазову кількість відповідно до маси риби й нагрівають його до температури 180 °С. Смажать рибу безпосередньо перед подачею до утворення рум'яної скоринки й досмажують у жарочній шафі.

Приведемо кілька страв з риби, смаженої у фритюрі.

Риба фрі. Рибу, одним шматком обсмажену у фритюрі, подають із картоплею фрі, лимоном, зеленню. Окремо подають соус — томатний, майонез із корнішонами (або без соусу).

Риба із зеленим маслом. Напівфабрикат у вигляді вивернутого ромба або у вигляді вісімки, запанірований у борошні, л'єзоні, сухарях, смажать у фритюрі й подають зі смаженою картоплею, скибочками лимона, зеленим маслом. Окремо подають томатний соус.

Риба в тісті. Брусочки з рибного філе маринують із рослинною олією, лимонною кислотою й зеленню, занурюють у рідке тісто (кляр) і смажать у фритюрі. Подають на паперовій серветці, прикрасивши зеленню й лимоном.

Зрази донські. Рибне філе відбивають, укладають на нього фарш із рубаних яєць, панірувальних сухарів, зелені й пасерованої цибулі, згортають у формі сигари, смажать у фритюрі й подають зі складним гарніром або смаженою картоплею. Окремо подають томатний соус.

Риба, смажена на відкритому вогні (грилі). Риба на решітці. На відкритому вогні на решітці над вугіллям, у мангалі або електрогрилях смажать в основному осетрову рибу, свіжого оселедця, судака, лосося, білорибицю. Порціонні шматки нарізають без шкіри й костей, осетрову рибу — без шкіри й хрящів. Лосось, білорибицю й оселедець маринують, потім шматки занурюють у розтоплене вершкове масло, а підготовлені шматки судака й осетрових панірують у сухарях. Решітку змазують шпиком, розжарюють, закріплюють на ній рибу й обсмажують з обох боків. Подають із картоплею фрі, зеленню, а окремо — соус-майонез із корнішонами.

Риба на рожні. Рибу смажать 7-10 хв, нанизуючи на шпажку порціонні шматки й змазуючи їх вершковим маслом або рослинною олією. Подають із соусом-майонезом. Перед смаженням рибу можна змазати сметаною й подати із зеленню, соусом ткемалі.

Рибні котлети, биточки смажать основним способом 8—10 хв і досмажують у жаровій шафі. Подають зі смаженими або тушкованими

овочами, кашами, поливають жиром, або окремо подають томатний соус.

Тефтельки. Напівфабрикат для тефтельок обсмажують у напівфритюрі до напівготовності, потім 10-15 хв тушкують у томатному соусі. Подають із рисовою або гречаною кашею, відварною картоплею.

Рибний рулет скачують на змазаний жиром лист швом униз, посипають сухарями, збризкують жиром, в 2—3 місцях роблять прокол ножем, щоб виріб не деформувався, і запікають у жаровій шафі протягом 30—40 хв. Подають із овочами, макаронами, кашами, з томатним або сметанним соусом. Тільне (рибні зрази у формі півмісяця) смажать у фритюрі 5—7 хв. Подають зі смаженою картоплею, зеленим горошком, поливають жиром.

Форель смажена з горіховим соусом. Рецептура — вихід на 10 порцій.

Найменування сировини	Витрати сировини	Технологічні вимоги до якості сировини
	Брутто	
Форель	2720	ДЕРЖСТАНДАРТ 7449-96
Борошно пшеничне	80	ДСТУ 46004-99
Олія оливкова	250	ДЕРЖСТАНДАРТ 1129-93
Маса смаженої риби		
Волоський горіх	100	ДЕРЖСТАНДАРТ 17111-88
Масло вершкове	150	ДСТУ 439:2005
Зелень	27	ВСТ УРСР 302-89
Лимон	555	ТОСТ 4429-82
Соус білий основний	400	Збірник рецептур № 833
Вихід 1 порції	140/150	

Технологія приготування. Тушку форелі розбирають на філе з шкірою без кісток, маринують соком лимону, солять, паніруют у борошні й смажать основним способом. Горіхи смажать на вершковому маслі та додають соус червоний основний, доводять до кипіння й защипують вершковим маслом.

При подачі поливають соусом, посипають зеленню, оформляють лимоном, додають гарнір і подають.

Морська красуня (гаряча закуска)

Сьомга свіжоморожена	2,500
Соєвий соус	0,200
Кедровий горіх	0,150
Помідори	1,500
Перець солодкий	2
Зелень	0,300
Лимон	0,100
Олія рослинна	0,500
Масло вершкове	0,400
Оливки	0,2

Технологія приготування. Рибу розморожують, розбирають на чисте філе без шкіри й реберних костей, нарізають ланками масою 100 г під кутом 40. Маринують соком лимона й соєвим соусом, додають спеції, залишають у холодильнику на 30 хвилин. Ланки обсмажують основним способом, потім укладають у заздалегідь підготовлені форми з фольги у вигляді корабликів, додають вершкове масло й доводять до готовності в марочній шафі. При подачі прикрашають оливкою, лимоном і зеленню.

«По щучому велінню»

Щука	198
Філе промислового виготовлення:	
Сьомги	50
Вершки	12
Яйця	1/4 шт.
Вино біле, сухе	9
Зелень	5
Перець чорний	0,01
Сіль	0,02
Вага напівфабрикату	
Масло вершкове	4
Для гарніру	

Картопля смажена № 402	50
Лимон	
Гриби мар.	21
Огірки мар.	21
Зелень петрушки	—
Кокосова стружка	3
Вага готової страви	125/100

Технологія приготування. Щуку підготувати для фаршірування, для чого зробити надріз з боку спинного плавця, вийняти нутрощі, а після промивання — кістки й м'якоть. Пропустити м'якоть через м'ясорубку, додати вершки, яйця, сіль, перець, добре перемішати. Філе сьомги нарізати у формі ромбу, загорнути в листя салату та покласти на середину рибної маси, звернути. Шкіру нафаршірувати рибною масою, надаючи тій форму цілої риби, зашити; потім напівфабрикат укласти на лист з маслом. Довести до готовності в духовій шафі.

З готової риби зняти нитки і подавати порціями з соусом-майонезом та картоплею смаженою (фігурна нарізка), грибами, овочами. Також подається як банкетна страва з кокосовою стружкою.

Ковбаски рибні в сметанному соусі. Рибне філе двічі пропускають через м'ясорубку разом із салом і хлібом, замоченим у молоці, з цибулею. З підготовленого фаршу формують напівфабрикат у вигляді ковбасок, обвалюють їх у сухарях, смажать основним способом, потім доводять до готовності в жаровій шафі.

Подають ковбаски по 2 шт. на порцію, поливають сметанним соусом.

Кількість продуктів, г: хек (напівфабрикат) —82, сало свиняче —21, цибуля ріпчаста — 6, масло вершкове —4, яйце —1/3 шт., хліб —14, молоко —5, маргарин —6, сухарі — б, сіль —3, перець —0,02, сметана —25, борошно пшенична —2,5, бульйон рибний —25, лавровий лист —0,01. Вихід, г — 250.

Ковбаски рибні, фаршировані маслом. Рибне філе пропускають через м'ясорубку разом з тертим черствим пшеничним хлібом, додають яйця, сіль, перець, добре перемішують, обробляють у вигляді коржів, у які загортають масло, і надають виробу овальну форму. Котлету змочують у яйці й обвалюють у борошні, удруге в яйці й хлібних кубиках і смажать у фритюрі.

Кількість продуктів, г: хек (напівфабрикат) — 76, хліб пшеничний — 10, яйце — 1/5 шт., перець — 0,01, масло ве-

ршкове — 30, яйце — 10, хліб пшеничний — 20, олія рослинна — 15, масло вершкове — 5. Вихід, г — 150.

Крученик рибний заливний. Зачищене філе тріски пропускають через м'ясорубку, змішують із пасерованою цибулею і вдруге пропускають через м'ясорубку. Потім додають сирі яйця, шпик, нарізаний дрібними кубиками, сіль, спеції. Масу ретельно перемішують, укладають на вологу серветку, завертають у вигляді рулету, кладуть у киплячу підсолену воду, додають моркву, цибулю, спеції й варять до готовності.

Рулет охолоджують, не виймаючи з бульйону, після чого нарізають на порціонні шматки, оформляють зеленню, яйцями, лимоном, заливають желе (для рибних страв) і охолоджують.

Кількість продуктів, г: тріска (без голови) —40, цибуля ріпчаста — 14, жир — 5, яйце — 1/8 шт., шпик — 10, перець чорний — 0,01, лавровий лист — 0,01, оцет 9 % — 2, морква — 3, цибуля ріпчаста — 4, вага готового крученика — 50, зелень — 3, яйце — 1 (8 шт., лимон — 1/15 шт.; желе для рибних страв — 100. Вихід, г — 150.

Короп з медом. Порціонні шматки коропа припускають. Промитий і розмочений у кип'яченій воді родзинки змішують із медом і охолодженим до кімнатної температури желе.

Припущенні шматки коропа прикрашають скибочками лимона, варених яєць, зеленню, заливають приготовленим желе й охолоджують до застигання.

Кількість продуктів, г: короп — 102, вага готового коропа — 50, лимон — 1/15 шт., яйце — 1/3 шт., зелень — 3, желе (для рибних страв) — 100, мед — 3, родзинки — 2. Вихід, г — 150.

Крученики уманські. Філе скумбрії солять, перчать.
Шпик теж солять, перчать і укладають на філе, загортають у вигляді рулету, л'єзонять, панірують у борошні й смажать основним способом. До готовності доводять у жаровій шафі.
Подають із картопляним пюре, з тушкованою капустою. Можна подавати в холодному вигляді без гарніру.

Кількість продуктів, г: скумбрія — 156, шпик — 40, яйце-1/4 шт., борошно в/с — 5, молоко — 12, вага напівфабрикату — 114. Гарнір: картопляне пюре або тушкована капуста — 150 г. Вихід, г — 100/150.

Картопляні пиріжки з рибою. Відварну картоплю протирають, додають сире яйце, крохмаль і вимішують до однорідної маси. З отрима-

ної маси формують корж, на середину якого кладуть рибний фарш, защипують і надають форму пиріжка. Пиріжки смажать основним способом із двох сторін до утворення золотавої скоринки.

Подають гарячими, зверху поливають розтопленим вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: картопля — 216, яйце — 1/2 шт., крохмаль — 15, хек сріблястий — 86, цибуля ріпчаста — 12, шпик — 20, жир свинячий — 15, масло вершкове — 10. Вихід, г — 210, 2 шт. на порцію.

Котлети з хека по-рибацьки. Картоплю відварюють, злегка підсушують, пропускають через м'ясорубку гарячою і перемішують із яйцем. Для фаршу: філе хека відварюють, нарізають шматочками; варені яйця — кубиками, перемішують із пасерованою цибулею, сіллю, перцем. З картоплі формують коржа, на середину кладуть фарш, загортають краї, надаючи виробу овальної форми, панірують у сухарях, смажать. Перед подачею котлети поливають сметаною або томатним соусом.

Кількість продуктів, г: хек — 80, цибуля — 12, яйце — 1/3 шт., картопля — 210, яйце — 1/3 шт., сухарі — 15, маргарин — 5, сметана — 20 або томатний соус — 50. Вихід, г: зі сметаною — 175/20, із соусом — 175/50.

Котлети дієтичні. Філе риби, хліб, замочений у молоці, свіжі яблука, очищені від шкірочки і сир пропускають 2-3 рази через м'ясорубку. Додають яйце, розм'якшене вершкове масло, добре вимішують. Формують котлети й варять їх на парі. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: риба (хек) — 120, хліб — 24, яблука — 32, сир — 50, яйце — 1/3 шт., масло вершкове — 10. Вихід, г — 100/10.

Риба по-жашківськи. Підготовлену рибу нарізають на порціонні шматки, відокремлюють хребет, відбивають, солять, перчать, збризкують оцтом. Замаринований хек фаршірують яйцем і смаженою цибулею. Приготування фаршу: круто зварене яйце протирають на тертку, змішують зі смаженою цибулею, заправляють сіллю й перцем. Фаршировану рибу змочують у яйці й панірують у сухарях, смажать основним способом.

Кількість продуктів, г: хек — 125, яйце — 1,5 шт., цибуля ріпчаста — 119, жир — 15. Вихід, г — 150.

Бефстроганов з риби. Розібраний на філе хек нарізають брусочками довжиною 3-4 см, посипають сіллю, перцем, обсмажують на добре розігрітій сковороді протягом 3-5 хв, з'єднують із пасерованою цибулею, заливають сметанним соусом і доводять до кипіння. При подачі посипають зеленню петрушки, кладуть скибочки солоного огірка.

Кількість продуктів, г: риба хек — 134, цибуля ріпчаста — 43, томат-паста — 8, масло вершкове — 10, сметана — 30, борошно — 5, огірок солоний — 55. Вихід, г — 75/75/50,

Омлет з рибою. Підготовлене філе нарізають на шматочки шириною 2-3 см, панірують у борошні й смажать до напівготовності. Яйця збивають із молоком і сіллю. На сковороду з розігрітим маслом укладають рибу, заливають омлетною сумішшю. Смажать на сильному вогні, періодично помішуючи. Після загустіння суміші, нагрівання зменшують і доводять до готовності. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: мойва — 186, борошно — 12, яйце — 1/4 шт., молоко — 70, олія рослинна — 18, масло вершкове — 10. Вихід, г-210/10.

Риба, смажена з баклажанами. Філе риби нарізають на шматки, посипають сіллю й перцем, панірують у борошні, обсмажують. Рибу укладають на сковороду, навколо неї — сирі баклажани, нарізані кружечками. Заливають червоним соусом і доводять до готовності.

Кількість продуктів, г: сом — 236, борошно — 12, баклажани — 110, жир — 13, соус-75. Вихід, г-275.

Запіканка рибна. Філе риби нарізають на шматочки довжиною 4-5 см, злегка обсмажують. На змазану жиром сковороду укладають шарами рибу, нарізану скибочками картоплю, дрібно нарізану цибулю, змішану з борошном і сіллю, заливають молоком і запікають у духовці. При подачі поливають вершковим маслом, прикрашають зеленню.

Кількість продуктів, г: минь — 265, картопля — 196, олія рослинна — 18, цибуля — 24, борошно — 20, молоко — 60, масло вершкове — -10. Вихід, г — 315/10.

Риба смажена під гострим соусом. У киплячий бульйон закладають томат-пасту, цукор, пасеровану цибулю, сіль, олію рослинну й усе варять 15-20 хв. Наприкінці варіння додають розтертий часник, гірчицю, перець, лавровий лист, оцет або лимонну кислоту. Рибу смажать основним способом. Подають під гострим соусом у гарячому й холодному вигляді.

Кількість продуктів, г: скумбрія — 168, борошно — 6, олія рослинна — 6; для соусу: томат-паста — 100, цукор — 2, олія рослинна — 5, цибуля — 17, часник — 2, гірчиця — 2, оцет — 0,2, бульйон рибний — 50. Вихід із соусом, г — 100/150.

Печеня рибна. Рибне філе нарізають на порціонні шматки, солять, перчать, панірують у борошні й обсмажують. Окремо пасерують моркву, цибулю і пюре, додають рибний бульйон і кип'ятять. Обсмажену рибу кладуть у сотейник, додають нарізану часточками картоплю, заливають соусом і тушкують.

Кількість продуктів, г: тріска — 107, борошно — 5, картопля-253, цибуля ріпчаста-18, морква-25, маргарин — 10, томат-пюре — 10, часник — 2, бульйон — 50. Вихід, г — 250.

Лящ, фаршированый гречаною кашею. У риби видаляють внутрішності, не розрізаючи черевця. Тушку промивають, обсушують і натирають сіллю. Розсипчасту гречану кашу з'єднують зі подрібненими вареними яйцями, пасерованою цибулею, заправляють сіллю й дрібно нарізаною зеленню петрушки. Отриманим фаршем заповнюють черевце риби, обвалюють у борошні, обсмажують, поливають сметаною й запікають у духовці, поливаючи соком, що виділяється.

Кількість продуктів, г: лящ —296, цибуля —28, крупа гречана—50, яйце — ½ шт., борошно-16, жир-18, сметана — 20. Вихід, г — 310.

Риба, фарширована грибами. Порціонні шматки риби солять, посипають перцем. Для фаршу: обсмажені гриби, дрібно нарізані помідори й петрушку тушкують 10-15 хв. Шматки рибного філе намазати отриманою сумішшю, скачати в трубочки, змочити в яйцях, обваляти в сухарях. Жарити до готовності. До риби подають соус білий з вином.

Кількість продуктів, г: окунь морський —236, гриби свіжі—50, цибуля — 24, помідори — 40, петрушка —12, яйце — 1/2 шт., сухарі — 12, жир — 18. Вихід, г — 200.

Солянка з риби. Рибу, розібрану на філе без костей, нарізають шматочками, припускають. Очищені від шкірочки й насіння, нарізані тонкими скибочками огірки, пасеровану цибулю, каперси, оливки без кісточок, томат-пюре добре перемішують. На сковороду, змазану жиром укладають шар тушкованої капусти, на неї — рибу. Потім на рибу викладають овочі, зверху — другий шар капусти. Поверхню вирівнюють, посипають тертим сиром і запікають.

Кількість продуктів, г: судак — 180, огірки солоні — 30, цибуля — 4, капуста тушкована — 200, жир — 10, сир — 15. Вихід, г — 310.

Голубці ледачі рибні. Філе риби зі шкірою без костей ріжуть на рівні шматочки, подрібнюють на м'ясорубці, з'єднавши з відвареним до напівготовності рисом, нашаткованою капустою, пасерованою цибулею, добре перемішують, формують підготовлений фарш, надаючи йому циліндричну форму. Розкладають на змазаний жиром лист, обсмажують у жарочній шафі до утворення золотавої скоринки, потім обсмажені голубці заливають сметанним соусом з томатом і тушкують.

Кількість продуктів, г: хек — 170, рис — 14, капуста свіжа — 20, цибуля — 14, маргарин столовий — 10. Вихід, г — 150. Соус сметанний з томатом — 50 г.

Риба по-гельмязевськи. Рибу, розділану кругляшом, обсмажують. Ріпчасту цибулю, очищену картоплю, нарізану великими кубиками, також обсмажують, укладають у горщики, зверху кладуть смажену рибу, заливають сметаною й ставлять у жарову шафа для запікання.

Кількість продуктів, г: хек — 4:38, картопля — 253, цибуля — 18, масло вершкове — 10, сметана — 50. Вихід, г — 320.

Галушки рибні. Філе риби два рази пропускають через м'ясорубку з цибулею і хлібом замоченим у молоці, заправляють сіллю, перцем, розтертим часником, яйцем і ретельно перемішують. Нарізану скибочками моркву, петрушку, буряк, цибулю заливають невеликою кількістю води, додають сіль, перець і варять 30-40 хв. Відвар проціджують. Великі галушки фаршу опускають у відвар і доводять до готовності. Подають із відварним буряком.

Кількість продуктів, г: хек — 230, хліб — 28, цибуля — 22, буряк—20, морква — 24, петрушка (корінь) —18, часник — 3. Вихід, г — 100.

Риба, тушкована зі шпиком і помідорами. Філе риби нарізають на шматочки, скибочки шпику злегка обсмажують. У посуд, змазаний жиром, укладають шматочки помідорів, рибу, шпик, зелень петрушки, заливають молоком і тушкують 20-30 хв. Подають із соусом, отриманим при тушкуванні. Гарнір — відварна картопля й малосольні огірки.

Кількість продуктів, г: скумбрія — 260, шпик копчений — 25, помідори — 35, молоко — 50. Вихід, г — 175/75.

Риба із сиром. Рибу обробляють на філе зі шкірою без костей (по 2 шт. на порцію). Один шматок риби змащують гірчицею, зверху укладають скибочку твердого сиру, накривають іншим філе. Панірують у борошні, смажать, готове філе нарізають на шматочки, поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: скумбрія — 200, гірчиця — 5, сир — 40, борошно — 20, олія рослинна —25, масло вершкове — 10. Вихід, г — 210/10.

Ковбаски рибні. Чисте філе риби, сало й сиру цибулю пропускають через м'ясорубку разом з білим хлібом, замоченим у молоці або воді. Масу вимішують і вибивають. Для фаршу: цибулю ріжуть півкільцями й пасерують. Із приготовленої маси формують корж, на середину кладуть фарш, загортають, формують у вигляді ковбасок і панірують у борошні. Смажать основним способом. Подають зі смаженою картоплею або картопляним пюре. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: хек — 94, хліб білий — 16, цибуля — 16, шпик — 10; для фаршу: цибуля — 19, борошно — 5, олія рослинна — 6, масло вершкове — 10. Вихід, г — 80.

Котлети рибні по-чорнобаевськи. Рибне філе пропускають через м'ясорубку, додають цибулю, яйця, спеції. Формують коржа, кладуть на середину фарш, надають виробу яйцеподібної форми, панірують у борошні, льєзоні й сухарях. Смажать у фритюрі. Для фаршу: картопля, сало, цибулю нарізають дрібними кубиками, смажать до готовності. Подають на крутоні білого хліба зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: хек —123, цибуля —17, яйце — 1/2 шт.; фарш: картопля — 133, сало — 3, цибуля — 17, маргарин — 7, борошно —5, яйце — 1/4 шт.; сухарі пшеничні —5, гідрожир — 5, хліб пшеничний — 25, складний гарнір —150. Вихід, г — 140/25/150.

Риба, запечена з кабачками. Шматки риби посипають сіллю, перцем, панірують у борошні, обсмажують. Укладають у сотейник зі скибочками очищених і обсмажених кабачків, заливають сметанним соусом, посипають сиром, запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: судак — 179, кабачки — 216, борошно — 12, жир — 6, сир — 15, сметанний соус — 50. Вихід, г — 275.

Риба, тушкована з цибулею і солодким перцем. Філе риби солять, панірують у борошні, обсмажують. Цибулю, нарізану соломкою, пасерують, наприкінці додають болгарський перець, нарізаний соломкою. У сотейник викладають рибу, цибулю і перець, додають скибочки свіжих помідорів, рибний бульйон, тушкують на слабкому вогні. Заправляють розтертим із сіллю часником.

Кількість продуктів, г: сом —260, цибуля —24, борошно — 12, перець болгарський — 32, помідори — 30, жир — 16, часник — 2. Вихід, г — 175.

Камбала з яблуками й цибулею. Сотейник змазують жиром, у нього укладають нарізані скибочками антонівські яблука (без шкірочки й насіння), білі голівки цибулі-порею й нарізану рибу. Вливають небагато лимонного соку, вина, тушкують до готовності. Готову рибу виймають, рідину, що залишилася, уварюють до половини обсягу. Додають сметану, сіль, перець, доводять до кипіння. Рибу кладуть у глибоке блюдо, заливають соусом з яблуками й цибулею.

Кількість продуктів, г: камбала — 250, яблука — 120, цибуля-порей — 25, вино біле виноградне — 10, сметана — 30, лимон — 10. Вихід, г — 260.

Брезоль із риби. Чисте філе, цибулю пропускають через м'ясорубку, перчать, солять, додають молоко. Масу відбивають, формують у вигляді биточків, л'єзонять, панірують у борошні, смажать основним способом.

Кількість продуктів, г: тріска — 86, борошно — 8, яйце — 1/10 шт., цибуля — 17, молоко — 10, маргарин — 10. Вихід, г — 90.

Риба по-корсунськи. Філе хека зі шкірою відбивають, посипають сіллю, чорним меленим перцем, змазують сметаною й витримують 20 хв для маринування. Рибу л'єзонять, панірують у сухарях і смажать основним способом. Подають із відварною картоплею й тушкованою капустою.

Кількість продуктів, г: хек (філе) — 219, сметана — 12, яйце — 1/4 шт., сухарі —12, маргарин — 5, капуста тушкована — 50, відварна картопля —100. Вихід, г — 100/150.

Котлета по-каменськи. Філе хека пропускають через м'ясорубку разом зі свининою, додають сіль, перець, воду, вимішують. Виліплють корж, кладуть на нього фарш зі здрібнених варених яєць, вершкового масла й зелені. Загортають, надаючи форму кульки, панірують у борошні, яйцях і білому хлібі, нарізаному дрібними кубиками. Смажать у

фритюрі. Подають на крутоні зі складним гарніром, поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: хек — 160, свинина — 44; фарш: яйце — 1/2 шт., вершкове масло — 15, зелень — 12; борошно — 7, яйце — 1/4 шт., хліб білий для панірування — 15, хліб для крутона — 30, масло вершкове — 75. Вихід, г — 150/10/20.

Карась, тушкований з овочами й вершками. Підготовлену тушку карася розрізають на дві частини, укладають у сотейник, додають очищені й нарізані скибочками моркву, цибулю, сіль, спеції. Заливають гарячою водою й тушкують 20-30 хв. Потім вливають гарячі вершки й тушкують до готовності. Рибу з овочами й соусом викладають на блюдо, гарнірують відварною картоплею й цвітною капустою.

Кількість продуктів, г: карась — 250, морква — 48, цибуля — 36, вершки — 50, вода — 70. Вихід, г — 200.

Котлети рибні. Філе без шкіри й костей нарізають на порції, відбивають злегка, потім фаршируют. Виробу надають форму огірка, змочують у яйцях, паніюють у білому паніруванні, смажать у фритюрі. Приготування фаршу: тушковану капусту з'єднують із рубленим вареним яйцем, заправляють пасерованою цибулею, сіллю, перцем за смаком. Подають зі складним овочевим гарніром.

Кількість продуктів, г: сом — 200, хліб — 28, булка — 15, олія рослинна для смаження — 15, молоко — 38, масло вершкове — 10; для фаршу: яйце — 1/2 шт., капуста — 112, цибулю — 24, маргарин — 10; яйце — 1/8 шт. Вихід, г — 150.

Риба аматорська. Шматочки риби без шкіри й костей, нарізані брусочками, панірують і обсмажують, потім з'єднують із пасерованою цибулею, часточками помідорів, сметанним соусом з томатом і тушкують до готовності. Для гостроти додають соус «Південний». При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: риба — 123, цибуля — 25, помідори свіжі — 30, олія рослинна — 9, борошно — 6, сметана-12, пюре — 5, масло вершкове — 5, соус «Південний» — 3.

Філе рибне, фаршироване яйцем і цибулею. Філе риби без шкіри й костей пропускають через м'ясорубку. В отриману масу додають яйце, перець, сіль, виліплюють у вигляді коржів, фаршируют

рубленим яйцем з додаванням пасерованої цибулі, перцю, солі. Виробу надають овальну форму, змочують у яйці, панірують у білому паніруванні й обсмажують у фритюрі.

Кількість продуктів, г: риба хек (напівфабрикат) — 127, яйце — 1/3 шт., цибуля — 36, яйце для фаршу — 1/2 шт., хліб пшеничний –20, масло для смаження — 15, маргарин для поливання — 5. Вихід, г — 130.

Котлета «Морська». Рибу розбирають на філе без шкіри й костей, нарізають на шматки, пропускають через м'ясорубку разом з розмоченим у молоці хлібом, додають яйця, сіль, спеції, ретельно розмішують котлетну масу, обробляють на коржі, у середину кладуть вершкове масло, перемішане із зеленню кропу, надають форму котлети, потім панірують у подвійному паніруванні й смажать у фритюрі. Подають зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: хек — 68, хліб — 9, молоко — 12, яйце — 1/5 шт., олія рослинна — 10, масло вершкове — 15, кріп — 5, сухарі — 5. Вихід, г — 75/150/50/гарнір.

Риба по-київськи. Філе риби двічі пропускають через м'ясорубку. Фарш солять, вибивають. З нього формують коржі, на середину яких укладають охолоджене масло, заліплюють краї, надаючи виробу овальної форми. Змочують у яйцях, борошні, знову в яйцях, панірують у сухарях. Смажать у фритюрі. Подають зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: хек —220, масло вершкове — 25, борошно —12, яйце — 1/2 шт., сухарі —12, жир —48. Вихід, г — 150.

Плов з риби. Філе риби нарізають на шматочки, обсмажують. Моркву й цибулю, нарізані кубиками, пасерують з пюре. Рис укладають у посуд разом з овочами, заливають окропом і варять до напівготовності. Додають шматочки риби, сіль, накривають кришкою, доводять до готовності в духовці.

Кількість продуктів, г: минь — 220, рис — 50, жир — 15, цибуля — 24, морква — 36, пюре —15. Вихід, г — 250.

Рулет рибний. Котлетну масу розкладають на мокру серветку шаром товщиною 1,5—2 см, на середину уздовж шару кладуть фарш — сало, натерте часником і нарізане брусочками, — потім накривають шаром котлетної маси, піднімаючи серветку. Рулет скачують із серветки на

змазаний жиром лист швом униз, змазують яєчною сумішшю з молоком, посипають сухарями, збризкують жиром, проколюють в 2—3 місцях і запікають. Перед подачею нарізають на порції. Подають із картоплею відварною і вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: хек —122, хліб пшеничний — 18, молоко — 22, яйце — 1/4 шт.; фарш: сало свиняче 35, часник — 3, сухарі — 3, масло вершкове — 5. Вихід, г — 120/5.

Ковбаски рибні по-маньківськи. Філе риби пропускають через м'ясорубку, у фарш додають розсипчастий рис, цибулю, перець, сіль і масу ретельно перемішують. З отриманої маси формують вироби у вигляді ковбасок, змочують у л'єзоні, панірують у сухарях і смажать. Подають із соусом і гарніром.

Кількість продуктів, г: риба — 122, рис — 18, цибуля ріпчаста — 12, сало — 10, сухарі панірувальні — 10, яйце — 1/2 шт., жир — 10. Вихід, г — 130.

Бігос із тріски. Філе тріски нарізають смужками, шириною 1,5 см, панірують у борошні, обсмажують. Варені гриби нарізають скибочками, капусту шаткують, заливають рибним бульйоном, додають гриби разом з відваром, нарізану кружечками цибулю і варять. У сотейник укладають обсмажену рибу, капусту, заправляють підсмаженим шпиком, сіллю, перцем, Додають яблука, натерті на дрібній тертці, томат, тушкують.

Кількість продуктів, г: тріску — 210, капуста — 280, цибуля — 24, шпик — 10, жир — 75, борошно — 8, гриби сушені — 10, яблука — 50, томат-паста — 10. Вихід, г — 260.

Короп фаршированый. З підготовленого коропа через спинний розріз виймають внутрішності, промивають, видаляють кості. Для фаршу: варені гриби нарізають соломкою, обсмажують разом із дрібно нарізаною цибулею. З'єднують із кашею, звареною на грибному бульйоні, додають сирі яйця, сіль, перець, перемішують. Цим фаршем наповнюють коропа, зашивають, панірують у борошні, обсмажують і доводять до готовності в духовці. Перед подачею рибу нарізають на порції, вийнявши нитки, і поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: короп — 200, гриби сушені — 10, цибуля —20, жир —5, рис —10 або крупа гречана — 14, яйце — 1/2 шт., борошно — 7, жир — 10, масло вершкове — 5. Вихід, г — 150/5.

Січеники рибні по-українськи. Рибне філе із салом пропускають через м'ясорубку, додають сіль і ретельно перемішують. Для фаршу: цибулю, нарізану кубиками, обсмажують, додавши наприкінці сухарі, з'єднують із рубленими яйцями, розтертим часником і сіллю. Рибну масу обробляють на кружечки, на середину викладають фарш і формують у вигляді биточків, панірують у яйцях, білому паніруванні, обсмажують. Доводять до готовності в духовці. При подачі поливають маслом.

Кількість продуктів, г: судак — 115 або тріска — 75, сало — 21, яйце — 1/5 шт.; для фаршу: цибуля — 12, яйця варені — 1/3 шт., маргарин — 5, сухарі —, часник — 2, яйця сирі — 1/4 шт., хліб (для панірування) — 20, олія рослинна — 15, масло вершкове — 10. Вихід, г — 120/10.

Зрази рибні, фаршировані грибами. Рибу обробляють на філе без реберних костей, нарізають на шматки й пропускають через м'ясорубку, додають яйця, сіль, перець і перемішують. Для фаршу: ріпчасту цибулю пасерують з відварними грибами, нарізаними соломкою, перемішують, заправляють за смаком. Формують зрази, панірують у білих сухарях і обсмажують. Подають із картопляним пюре, поливають вершковим маслом, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: хек сріблястий —125, хліб пшеничний — 20, цибуля — 47, маргарин — 6, яйце — 1/6 шт., сухарі панірувальні — 5, гриби свіжі — 20, масло вершкове — 10. Вихід, г — 125/10.

Рибний шніцель зі свининою. Філе риби пропускають через м'ясорубку разом зі свининою й цибулею. Додають яйце, перець, сіль. Добре вимішують, а потім збивають. Формують вироби, панірують у сухарях і обсмажують. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: філе хека — 70 або тріски — 72, свинина — 15, цибуля — 6, яйце — 1/8 шт., сухарі — 8, олія рослинна — 5, масло вершкове — 5. Вихід, г — 100.

Риба, фарширована маслом. Підготовлене філе хека відбивають, посипають сіллю, перцем і натирають товченим часником. На філе кладуть охолоджене вершкове масло, тертий сир і згортають рулетиком. Змочують у яйці, панірують у сухарях. Смажать у фритюрі. Подають зі смаженою картоплею, свіжою зеленню й овочами.

Кількість продуктів, г: хек — 125, яйце — 1 шт., панірувальні сухарі — 5, вершкове масло — 15, сир — 15, часник — 2,5, жир — 10. Вихід, г — 130.

Біфштекс рубаний «Океан». Філе риби пропускають через м'ясорубку разом з ріпчастою цибулею. Додають сіль, перець, ретельно перемішують. Формують виріб, усередину кладуть шматочок вершкового масла, защипують краї. Змочують у збитому яйці, панірують у борошні, смажать основним способом.

Кількість продуктів, г: філе тріски — 103, масло вершкове — 10, цибуля — 5, яйце — 5, борошно — 10, олія рослинна — 10. Вихід, г — 100.

Короп смажений по-київськи. Порціонні шматки риби миють, обсушують, злегка відбивають, солять, збризкують лимонним соком, посипають дрібно нарізаною зеленню петрушки, ставлять на холод на 1 год. Шматочки риби змочують у яйці, обвалюють у тертому білому хлібі, знову у яйці, ще раз обвалюють і смажать у розігрітій рослинній олії 10—12 хв. На блюдо викладають шматки коропа, прикрашають салатом або зеленню петрушки. На гарнір подають смажену картоплю й соус майонез із корнішонами.

Кількість продуктів, г: короп — 180, яйце — 1/2 шт., хліб білий — 20, олія рослинна — 30, салат — 40 або зелень петрушки — 20.

Філе коропа в сметані. Коропа обробляють на філе зі шкірою без костей. Філе збризкують оцтом, посипають дрібно нарубленою зеленню петрушки й кропу. Ставлять на холод на 1 год. Цибулю пасерують на вершковому маслі. На порціонну сковороду, змазану жиром, викладають шарами ріпчасту цибулю і нарізані тонкими скибочками відварні гриби. Зверху кладуть філе коропа, заливають сумішшю томату й сметани, збризкують вершковим маслом. Запікають у духовці. За 5 хв до закінчення запікання страву гарнірують помідорами, розрізаними на чотири частини. На гарнір подають також відварну картоплю, зварену із зеленню петрушки.

Кількість продуктів, г: короп —300, гриби свіжі — 100, масло вершкове — 20, цибуля — 50, помідори свіжі — 100, томатна паста — 10, сметана — 80. Ви хід, г — 250.

Тарань із медом. Варену тарань нарізають шматками, панірують у борошні, викладають на змазану жиром сковороду, поливають медом і доводять до готовності в жарочній шафі.

Кількість продуктів, г: тарань — 200, борошно — 8, жир — 5, мед — 25. Вихід, г — 150.

ВИКОРИСТАННЯ НЕРИБНИХ ПРОДУКТІВ МОРЯ В НАЦІОНАЛЬНІЙ КУХНІ

З метою розширення сировинної бази й розв'язання продовольчої проблеми в Україні в цей час проводяться роботи з вивчення біологічної й харчової цінності нерибних продуктів моря й організації їхнього вилову. Кальмари, креветки, краби, трепанги, мідії, морський гребінець, морська капуста входять в асортимент сировини для домашнього вживання. Їх висока харчова й біологічна цінність незаперечні, а запаси у світовому океані величезні. Більше 800 видів водних безхребетних мають промислове значення. Нерибні продукти моря — ракоподібні, молюски, голкошкірі, водорості — мають приємний, специфічний, своєрідний смак, високопоживні. Харчова цінність обумовлюється наявністю в них білків, багатих незамінними амінокислотами, вітамінів, мікроелементів, високоактивних ферментів. У них містить від 5 до 20 % білка; до 1,5 % жиру, причому жир мідій відрізняється високим вмістом фосфоліпідів і ненасичених жирних кислот. У всіх морепродуктах є мікроелементи, особливо значною є їх кількість у крабах, креветках, устрицях, мідіях, кальмарах, морській капусті.

Багато нерибних продуктів моря мають лікувальні властивості. Так, морський гребінець поліпшує обмін речовин і підвищує загальний тонус організму; морська капуста здійснює профілактичну й лікувальну дію при захворюваннях щитовидної залози, атеросклерозі, регулює діяльність кишечнику.

У продаж нерибні продукти моря надходять найчастіше мороженими, сушеними (трепанги, морська капуста), у консервованому вигляді. З них готують закуски, другі страви, вони входять до складу супів, салатів, фаршів. Первинна обробка нерибних морепродуктів залежить від їхнього виду й стану.

Кальмари в продаж надходять у вигляді замороженого філе в брикетах, підготовлені до безпосереднього використання. При обробленні кальмарів у них видаляють голову, щупальця, внутрішності, знімають шкіру й обробляють м'якоть на філе. Розморожувати філе слід в холодній воді, після чого для видалення поверхневої слизуватої плівки філе замочують у гарячій воді при температурі 55—65 °С і витримують у ній 3—5 хв, після чого плівка легко відділяється, очищене від плівки філе промивають.

Мускул морського гребінця надходить у вигляді заморожених блоків. Блоки розкладають для відтавання в один шар на столі при температурі приміщення 18—20 °С і залишають на 1—1,5 години для повного розморожування.

Мідії надходять живими в черепашках, мороженими в сирому вигляді або попередньо звареними, або у вигляді консервів. Мідії в черепашках обробляються так: очищають із раковин прилиплі до них дрібні черепашки, витримують у холодній воді кілька годин і промивають у проточній воді. Морожені мідії відтаюють у холодній воді або на повітрі. Якщо в мідії виявиться орган харчування (бисус), то його видаляють і ретельно промивають до повного видалення піску.

Устриці надходять живими в раковинах. Після промивання в підсоленій холодній воді відкривають ножем стулки раковини й відокремлюють частину раковини. Устриці в глибокій раковині промивають холодною солоною водою.

Краби надходять здебільшого консервованими й обробка їх зводиться до видалення кісткових пластинок.

Креветки надходять свіжомороженими або у вигляді консервів. Заморожені креветки відтаюють на повітрі або у воді й промивають.

Трепанги надходять у сушеному виді, тому перед використанням їх ретельно промивають у теплій воді до повного видалення вугільного пилу, у якому їх транспортують. Після промивання замочують у холодній воді на 20 год. За цей період воду міняють не менш 2—3 разів. У набряклих трепангів розрізають черевце, видаляють залишки нутрощів і промивають.

Консервована морська капуста використовується для приготування страв без попередньої первинної обробки. Сушену морську капусту очищають від домішок і замочують, на 10—12 годин у семиразовій кількості холодної води й ретельно промивають. Морожену морську капусту відтаюють у холодній воді протягом 30 хв і промивають.

У таблиці наводяться дані про вихід їстівної частини й кількість відходів при обробці (первинній обробці) деяких нерибних морепродуктів.

ВИХІД ЇСТІВНОЇ ЧАСТИНИ Й ВІДХОДІВ У НЕРИБНИХ ПРОДУКТАХ МОРЯ, %

Найменування продуктів	Вихід їстівної частини	Нехарчові відходи
Краби	18—25	62—75
Креветки	30—40	60—70
Морський гребінець	10—18	82—90
Устриця	8—10	90—92
Мідії	10—18	90
Кальмари	70	30
Трепанги	60	40

Мідій, устриць, креветок перед заморожуванням у рибній промисловості піддають тепловій обробці, після чого м'ясо надходить на заморожування. На заморожування може бути спрямоване м'ясо, попередньо покладене в картонні коробки, вистелені целофаном або пергаментом, ємністю до 1 кг. Заморожують м'ясо при температурі — 25—30 °С.

Після покупки морожені нерибні продукти моря відтаюють. Ракоподібні, що поступають на реалізацію мороженими або живими, не вимагають складної й тривалої підготовки. Морожені сирі й варені ракоподібні надходять на варіння в мороженому вигляді або після відтавання. Їх опускають у киплячий 4 % сольовий розчин.

Після такої обробки ракоподібних можна обробляти й уживати для приготування салатів або безпосередньо в їжу. Із двостулкових молюсків як напівфабрикати промисловість випускає морожене м'ясо мідій, устриць, гребінця й інших.

Промисловість випускає трепанга сушеного й мороженого. Для приготування напівфабрикатів із сушеного трепанга його заливають водою, витримують 24—30 год, міняючи 2—3 рази воду, ретельно відмивають від вугільного порошку, розрізають, зашивають черевну порожнину й варять протягом 3—5 год. З такого м'яса може бути приготовлений фарш для котлет і фрикадельок.

Висока харчова цінність і приємний своєрідний смак нерибних продуктів моря дають можливість широко використовувати їх для виробництва різноманітних асортиментів самостійних закусок, других страв і як компоненти при приготуванні супів, салатів, страв з овочів, круп. Сполучення цих продуктів із соусами — майонезом, цибульним, червоним, соусом хрін, молочним, сметанним — надає стравам з них особливо пікантного смаку. Більшість страв готується комбінованим способом теплової обробки.

Страви з ракоподібних. Живих або морожених раків промивають і варять до готовності в підсоленій воді з додаванням прянощів або у пиві чи квасі 5—7 хв. Подають їх як закуску натуральними, а якщо їх варили в пиві, то разом з відваром. Варених раків можна використати для подачі як другу гарячу страву. Для цього знімають із них панцир і м'якоть із шийки й клішень та подають із рисом і томатним соусом. Консервованих крабів використовують у різних рибних й овочевих салатах, як додатковий гарнір для других страв, а також у супі.

Із креветок готують ряд гарячих і холодних страв. Варять креветок у підсоленої, сильно киплячій воді 3—4 хв, відокремлюють шийку (плавець), знімають з неї панцир, мускул ділять на волокна. У такому вигляді креветки уводять до складу овочевих салатів, в овочеві супи, холодний борщ, холодник. Мускул креветки подають як самостійну холодну страву під майонезом або як холодець. В останньому випадку використовують для холодцю рибне желе. У гарячому вигляді, як дру-

гу страву, мускул креветки подають із вареними овочами, картоплею, розсипчастим рисом, змішаним з тертим сиром, із томатним і молочним соусами.

Зі смажених страв найчастіше готують «Креветки фрі», для чого варений мускул креветки панірують у борошні, змочують у л'єзоні, панірують у сухарях і смажать у фритюрі. Гарнірують смаженою картоплею, зеленим горошком, окремо подають соус томатний і майонез. Для страви «Креветки в тісті смажені» мускул маринують 15—20 хв у маринаді з рослинного масла, лимонної кислоти, спецій, зелені петрушки, потім опускають у рідке тісто-кляр, смажать у фритюрі 4—5 хв, подають зі смаженою картоплею й лимоном, окремо подають соус майонез.

МІКС РИБНИЙ

Найменування сировини	Витрати, брутто
Філе форелі	7,9
Філе сома	9,0
Лимон (сік)	0,5
Сік яблучний	10,0
Спеції для риби	0,01
ВИХІД	

Технологія приготування. Філе форелі та сома нарізають тонкими шматочками, збризкують лимонним соком, посипають приправою для риби та ставлять у холодильник для маринування на 5 годин.

З філе маринованої червоної та білої риби формуємо троянди. Складаємо на деко, заливаємо яблучним соком і запікаємо в жарочній шафі.

При відпуску посипаємо зеленю, як гарнір використовуємо рис з овочами. Креветки запікають під сметанним або молочним соусом разом зі смаженою картоплею.

Страви з молюсків. Устриці найчастіше вживають у сирому вигляді, политими лимонним соком. Крім того, устриці припускають без раковин у бульйоні з додаванням вершкового масла й лимонного соку й подають припущенними з печерицями й із соусом з білого вина. Запікають устриці в глибокій раковині після припускання з молочним соусом, посипавши тертим сиром і побризкавши маслом.

З мідій готують широкий асортимент страв. Для супів мідії після відтавання варять, для других страв і холодних — припускають. Для

відварювання їх заливають холодною водою, доводять до кипіння, додають сіль, біле коріння, ріпчасту цибулю і варять при слабкому кипінні 30—40 хв. Отриманий бульйон містить багато екстрактивних речовин і його використовують для соусів, супів. Припускання мідій ведеться аналогічно варінню, але з меншою кількістю води й з додаванням лимонної кислоти або білого вина. Воду можна замінити молоком. Для салатів припущенні мідії нарізають скибочками й з'єднують із іншими компонентами овочевих салатів або вінегретів. Для супів відварені мідії нарізають тонкими скибочками, обсмажують разом з цибулею і коренями й уводять у суп за 10—15 хв до кінця варіння.

Страви з нерибних продуктів моря повинні мати специфічний смак і запах, властивий даного виду продуктів. Не повинне бути присмаку мулу, домішок піску, залишків раковин і панцирів. Шматочки продуктів у стравах повинні бути однакової форми й величини, не переварені, без «гумової» консистенції. Гарніри до них бажані овочеві для заповнення відсутніх у них вітамінів С, А, Е та мікроелементів.

ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ З ТУШКОВАНОЇ Й ЗАПЕЧЕНОЇ РИБИ

Тушкують, головним чином солону або в'ялену рибу, для збагачення її смаковими й ароматичними речовинами й додання соковитості, а також дрібну рибу для розм'якшення костей. Іноді також тушкують вироби з рубаної маси, наприклад тефтельки.

Шматки великої або тушки дрібної риби перекладають нашатькованими овочами (цибуля, петрушка, морква), додають рослинну олія, пюре, оцет, корицю, гвоздику й тушкують 1—3 год. Обсмажену тріску тушкують у молоці з ріпчастою цибулею. Тушковані страви характерні для української кухні, причому рибу тушкують у бульйоні з цибулею і помідорами, із грибами й помідорами.

При приготуванні запечених рибних страв сиру, припущенну або смажену рибу запікають разом з гарніром (картоплею, кашами, макаронами) під різними соусами в жарочній шафі при температурі 250—280 °С. Рибу кладуть у порціонну сковороду (її попередньо змазують жиром), навколо укладають гарнір, заливають соусом, збризкують маслом, посипають тертим сиром і запікають. Після запікання ставлять на плиту, щоб соус прокипів. Прикрашають зеленню й поливають маслом. Подають відразу ж після приготування.

Наведемо технологію приготування деяких страв із запеченої риби.

Риба, тушкована в майонезі. Рибу нарізають на порції кругляшами, солять, перчать. Ріпчасте цибулю нарізають кільцями, поміщають

у сотейник, зверху укладають рибу, додають лавровий лист, заливають майонезом і тушкують до готовності. Подають із овочевим гарніром.

Кількість продуктів, г: риба —125, цибуля ріпчаста — 15, майонез —10. Вихід, г —100/гарнір.

Риба, тушкована з овочами. Шматки риби солять, паніруют у борошні й смажать на вершковому маслі. Буряк, моркву, петрушку (корінь), болгарський перець нарізають скибочками, цибулю — кільцями. Рибу й овочі укладають шарами, заливають бульйоном, приготовленим з рибних відходів, додають сіль, перець (горошком) і тушкують протягом години. Наприкінці додають сметану. Подають із соком, отриманим при тушкуванні.

Кількість продуктів, г: судак або щука — 145, або тріска — 101, борошно — 5, масло вершкове — 8, буряк — 25, морква — 20, петрушка — 3, перець болгарський — 5, цибуля — 12, сметана — 10, зелень — 3, гарнір. Вихід, г — 75/50.

Риба, тушкована в сметані

1-й спосіб. Підготовлену рибу солять, обсмажують на вершковому маслі. Картоплю, нарізану кружечками, також обсмажують. На сковороду укладають смажену рибу, навколо — картоплю, посипають перцем, заливають сметаною й тушкують 20—25 хв.

2-й спосіб. Сиру рибу укладають у сотейник, додають картоплю, нарізану кружечками, солять, перчать, заливають розтопленим вершковим маслом і сметаною, тушкують до готовності.

Кількість продуктів, г: судак або щука — 188, картопля — 240, масло вершкове — 20, сметана — 100. Вихід, г — 300.

Риба, тушкована з цибулею і помідорами. Підготовлені шматки риби викладають у сотейник, зверху кладуть цибулю, нарізану кільцями, і кружечки помідорів. Заливають рибним бульйоном, додають вершкове, масло, сіль, перець, тушкують 20—25 хв. Наприкінці тушкування можна влити вино. Помідори можна замінити томатним соком. Подають із соком і комбінованим гарніром.

Кількість продуктів, г: судак —145 або скумбрія — 132, цибуля —10, помідори свіжі—30 або сік томатний —20, масло вершкове —15, вино біле —15. Вихід, г —75/75.

Риба, тушкована із грибами й помідорами. Підготовлені шматки риби паніруют у борошні, обсмажують, з'єднують із пасерованою дрібно нарізаною цибулею, скибочками помідорів і свіжих або попередньо зварених грибів, заливають рибним бульйоном і тушкують 20-25 хв. Наприкінці тушкування можна додати вино.

Кількість продуктів, г: судак або щука — 145, борошно — 6, масло вершкове — 15, цибуля — 12, помідори свіжі — 23, гриби свіжі — 6 або сушені — 20, вино біле — 40. Вихід, г — 175.

Карасі, запечені під сметанним соусом. Підготовлених карасів солять, перчать, панірують у борошні й обсмажують. Рибу укладають на порціонну сковороду, змазану маслом, обкладають навколо кружечками смаженої картоплі, заливають сметанним соусом, посипають сухарями й запікають.

Кількість продуктів, г: карасі — 198, морква — 6, олія рослинна — 10, картопля — 291, жир — 15, соус сметанний — 75, сухарі — 5. Вихід, г — 300.

Бабка з риби. Філе риби пропускають через м'ясорубку разом із замоченим у молоці хлібом і пасерованою цибулею. Додають сіль, перець, яйця, вимішують, укладають у змазану маслом і посипану сухарями форму й запікають у духовці. Подають із білим соусом.

Кількість продуктів, г: щука — 132 або філе тріски — 70, хліб пшеничний —10, молоко — 15, цибуля — 15, масло вершкове — 10, яйце — 1/4 шт., сухарі — 3, соус білий — 50. Вихід, г — 100/50.ч

Риба, запечена з картоплею й овочами. Філе риби припускають. Картоплю відварюють і протирають. Капусту шаткують, перетирають із сіллю, з'єднують зі скибочками яблук, додають оцет, перець, смажать до готовності. На порціонну сковороду, змазану жиром і посипану сухарями, укладають шар картопляного пюре, на нього — капусту й пасеровану цибулю, потім шар риби й знову капусту й картопляне пюре. Поверхню розрівнюють, змазують яйцями й запікають. При подачі поливають вершковим маслом або соусом білим із щавлем.

Кількість продуктів, г: судак — 173 або тріску — 108, картопля — 133, капуста білокачанна свіжа — 80, яблука — 17, оцет — 1, цибуля — 12, жир — 20, сухарі — 5, яйце — 8 шт., масло вершкове — 10 або соус — 50. Вихід, г — 200/10.

Риба по-уланівськи. Порціонні шматки риби солять, панірують у борошні й обсмажують на рослинній олії. Підготовлені гриби смажать із цибулею ріпчастою. Рибу й гриби укладають шарами, заливають бульйоном з додаванням соусу томатного й тушкують до готовності.

Кількість продуктів, г: ставрида — 225, опеньки — 64, цибуля ріпчаста — 24, олія рослинна — 6, борошно — 6, соус гострий томатний — 15. Вихід, г — 150/15.

Риба по-донецьки з овочами. Рибу, розібрану на філе зі шкірою без костей, солять і перчать. Картоплю нарізають часточками й обсмажують до напівготовності, ріпчасту цибулю нарізають півкільцями й злегка пасерують. Підготовлені продукти кладуть шарами в порціонний горщик. Додають вершкове масло, перець горошком, сіль, воду. Тушкують у духовці 30—40 хвилин. За 10—15 хвилин до закінчення теплової обробки вводять томатний соус, зелень петрушки, лавровий лист, здрібнений часник. Подають у горщику.

Кількість продуктів, г: путассу — 118, рослинна олія — 10, цибуля — 60, картопля — 160, томатний соус — 30, вершкове масло — 10, зелень — 10, часник — 0,5, вода — 60. Вихід, г — 300.

Риба, запечена з помідорами. На сковороду укладають запанірований в борошні й підсмажене філе риби (2-4 шматочки), а на нього — обсмажені часточки помідорів (без шкірочки й насінь), заливають томатним соусом, посипають тертим сиром, збризкують розтопленим маргарином і запікають.

Так можна приготувати судака, щуку, ставриду, тріску, морського окуня й ін.

Риба, запечена під молочним соусом. Отримані при обробленні риби хребтові кістки із частиною м'якоті, що залишилися, шматочки м'якоті, що вийшли при очищенні й нарізці порціонних шматків, припускають у підсоленій воді з додаванням ріпчастої цибулі, селери й зелені. Готову м'якоть відокремлюють від костей і нарізають шматочками. Ріпчасту цибулю ріжуть соломкою й обсмажують, скибочки вареної картоплі також обсмажують. Потім ріпчасту цибулю, картоплю або картопляне пюре укладають на змазану жиром порціонну сковороду, на них — припущенну рибу, заливають молочним соусом, посипають меленими сухарями й тертим сиром, збризкують маслом і запікають у жарочній шафі. У молочний соус додають пасеровану ріпчасту цибулю і доводять до кипіння. Страву подають на порціонній сковороді, посипавши зеленню.

СТРАВИ Й КУЛІНАРНІ ВИРОБИ З М'ЯСА ТА М'ЯСОПРОДУКТІВ

М'ясо — цінний харчовий продукт. Воно містить значну кількість повноцінних білків, жирів, вітамінів (групи В, Е, РР і ін.), екстрактивних і мінеральних речовин. Зокрема, вміст білків у м'ясі коливається від 14,2 до 20,7 %; кількість жиру залежить від угодованості тварини.

М’ясо широко використовують у їжу в смаженому, вареному або тушкованому вигляді, а також для приготування холодних, перших, других страв і закусок, ковбасних виробів, консервів та інших гастрономічних продуктів.

Розрізняють яловичину, свинину, баранину, телятину й м’ясо кроликів. Яловичину використовують для варених, смажених і тушкованих страв; свинину найчастіше смажать і тушкують. З баранини готують відварні, смажені й тушковані страви. М’ясо кроликів — світле, ніжне, солодкувате на смак, нагадує м’ясо птаха — також смажать або тушкують.

В основі прийомів теплової кулінарної обробки лежать два різних способи: вологе (варіння) і сухе (смаження) нагрівання.

При вологому нагріванні м’яса й м’ясопродуктів застосовують варіння у великій кількості рідини (основний спосіб), варіння в малій кількості рідини (припускання), варіння під тиском (застосовується при виварюванні костей), тушкування (обсмажування продукту з наступним припусканням у присутності приправ, спецій).

Тривалість варіння визначається складом м’яса, величиною (масою) шматків, температурою варіння й досягнутою температурою в центрі (товщі м’язів) шматка. Тривалість теплової обробки м’яса й м’ясопродуктів наведена в таблиці.

ТРИВАЛІСТЬ ТЕПЛОВОЇ ОБРОБКИ М’ЯСА Й М’ЯСОПРОДУКТІВ

Продукт	Вид обробки	Призначення	Середня тривалість теплової обробки, год хв
Яловичина			
Бічний і зовнішній шматки тазостегнової частини (2—2,5 кг)	Варіння	Другі й холодні страви	2.30; 3.00
Плечова й заплічна частини, покромка, грудинка	»	Супи, другі й холодні страви	2.00; 2.30
Тазостегнова частина, грудинка (1,5—2 кг)	»	Другі страви	2.00; 2.30
М’якоть тазостегнової й лопаткової частин, покромка (дрібні шматки, гуляш, азу)	»	Те саме	1.00; 1.30
Товстий край (цілком)	Смаження	»	1.40
Тонкий край	»	»	10—15 хв
Товстий і тонкий краї	»	»	15—20 хв
Вирізка (цілком)	»	»	40 хв

Продукт	Вид обробки	Призначення	Середня тривалість теплової обробки, год хв
Порціонні шматки: біфштекс	»	»	15 хв
філе	»	»	25 хв
лангет	»	»	8 хв
Вироби з котлетної маси			
(котлети, биточки, шніцелі)	»	»	8—10 хв
Баранина			
М'якоть тазостегнової й лопаткової частин, грудинка (1,5—2 кг)	Варіння	Супи, другі й холодні страви	1.30; 2.00
Грудинка, корейка, м'якоть тазостегнової й лопаткової частин (великі шматки)	Тушкування	Другі страви	1.30; 2.00
Грудинка, корейка, тазостегнова й лопаткова частини (рагу)	»	Те ж	1.00; 1.30
Натуральні котлети, ескалопи, відбивні котлети, шніцель	Смаження	»	10—12; 8—10 хв
М'якоть тазостегнової й лопаткової частин, грудинка (1,62 кг)	»	Другі й холодні страви	1.10
Свинина			
М'якоть лопаткової частини	Варіння	Супи, холодні й другі страви	1.30; 2.00
Грудинка (цілком) натуральна	»	Холодні й другі Страви, супи	1,30; 2.00
Те саме	Смаження	Холодні й другі страви	1.00; 1.10
Тазостегнова частина (цілком)	»	Другі страви	2.00; 2.30
Натуральні котлети, ескалопи	»	Те ж	10—12 хв
Відбивні котлети, шніцель	»	»	8—10 хв

Не можна допускати сильного кипіння води, тому що при цьому значно зменшується маса шматка, м'ясо стає сухим, менш соковитим, волокнистим. Варіння рекомендується вести без кипіння при температурі 90—95 °С.

Припускають головним чином натуральні котлети й биточки з телятини, свинини. Цей прийом широко використовують у лікувальному харчуванні, особливо для виробів з котлетної маси. При оформленні страв припущенні продукти поливають соусами, найчастіше білими (паровим, білим з яйцем, білим з естрагоном), а також молочними. Як гарніри використовують відварні й припущенні овочі. На м'ясний продукт можна покласти припущенні білі гриби й очищені від цедри скибочки лимона.

При сухому нагріванні м'ясо смажать на відкритій поверхні з невеликою кількістю жиру (звичайно при температурі від 150 до 180 °С); у великій кількості жиру, нагрітого до температури 180—200 °С, у коробині, у фритюрниці, на сковороді; запікають у нагрітому сухому повітрі.

Нижче приводяться рецептури й технологія приготування м'ясних страв, розроблених кулінарами УКООПСПІЛКИ в останні роки.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ З ВАРЕНОГО Й ПРИПУЩЕННОГО М'ЯСА

Для приготування других відварних страв можна використати яловичину, баранину, свинину, телятину, козлятину, різні субпродукти (язики, дачки, мізки й ін.), шинку, копчені корейку, грудинку, ковбаси, сосиски, сардельки й інші м'ясопродукти.

З яловичини для варіння використовують грудинку, покромку, м'якоть передніх і задніх ніг; зі свинини й баранини — лопатку й грудинку. Частини яловичих, свинячих, баранячих, телячих і козячих туш для других гарячих страв варять шматками масою не більше 2,5 кг, тому що шматки більшої маси проварюються нерівномірно, і до моменту готовності внутрішніх частин поверхневі шари переварюються. У телячої й баранячої грудинок перед варінням із внутрішньої сторони по середині ребер надрізають плівку, це полегшує видалення костей після варіння. М'якоть лопаток скручують рулетом. Варені м'ясні продукти подають із різними соусами, а також з овочевими круп'яними й борошняними гарнірами. Овочі подають відварними, припущенними, смаженими, тушкованими, а деякі (огірки, помідори, салати й ін.) свіжими, солоними або маринованими. Найпоширенішим гарніром до других страв з відварного м'яса є картопля відварна або смажена, картопляне пюре, тушкована капуста й буряк, квасоля в томаті й т.д. Гарніри готують у вигляді розсипчастих або

грузлих каш, заправлені жиром. У гречану розсипчасту кашу, крім жиру, можна додавати яйця, смажену цибулю та ін. Бобові (квасоля горох) відварюють і заправляють жиром, а також жиром з цибулею, томатом з цибулею. Гарнір до м'ясних страв може складатися з 3—5 різних продуктів, що добре сполучаються між собою й доповнюють одна одну (складний гарнір).

Гілочки свіжої зелені (салату, петрушки) добре доповнюють страву, а також збагачують її вітаміном С. При подачі гаряче м'ясо великої й дрібної худоби можна полити бульйоном, а також соусами: яловичину — сметанним із хріном, білим; баранину — молочним, білим; свинину — червоним.

Нижче наведено технологію приготування найпоширеніших страв з відварного м'яса й м'ясопродуктів.

М'ясо відварне. Грудинку, покромку, м'якоть лопатки або задньої ноги яловичини закладають у гарячу воду, додають нашатковані моркву, ріпчасту цибулю, селеру й варять при слабкому кипінні. За 15—20 хв до готовності м'яса в бульйон уводять перець горошком, лавровий лист, сіль (10 г на 1 л бульйону). Готовність м'яса визначають кухарською голкою. У м'ясо, що зварилося, голка входить легко, при цьому виділяється безбарвний сік. Варене м'ясо нарізають по 1—2 шматки на порцію, заливають невеликою кількістю бульйону, доводять до кипіння й зберігають до подачі в цьому ж бульйоні при температурі 50—60 °С у закритому посуду. Відварне м'ясо гарнірують і поливають соусом або бульйоном. Яловичину й свинину подають із соусом червоним основним, цибульним і сметанним із хріном. Телятину й баранину подають із соусом паровим і білим з яйцем. На гарнір подають відварні овочі — моркву й ріпу, нарізані часточками, картоплю невеликими цілими бульбами, а для порціонних страв — картоплю, обточену бочечкою, а також каші розсипчасті, картопляне пюре, капусту тушковану. Овочі заливають бульйоном і варять до готовності.

> ***Кількість продуктів, г:*** яловичина —164, цибуля ріпчаста — 4, морква — 4, петрушка (корінь) — 3, лавровий лист — 0,02, перець — 0,05, сіль — 4, зелень — 4, гарнір —150. Вихід, г — 300.

Припускання м'ясних продуктів застосовується обмежено. Припускають головним чином натуральні котлети й биточки з телятини, свинини. У лікувальному харчуванні цей прийом використовують дуже широко, особливо для виробів з котлетної маси.

При оформленні страв припущенні продукти поливають соусами, головним чином білим (паровим, білим з яйцем, білим з естрагоном), а також молочним. Як гарніри використовують відварні й припущенні овочі. На м'ясний продукт можна покласти припущенні печериці й очищену від цедри скибочку лимона.

Котлети з телятини натуральні парові. Порціонні шматки телятини з реберною кісточкою, нарізані від корейки, кладуть в один ряд у сотейник, попередньо наливши у нього стільки бульйону, щоб шматки були покриті ним наполовину. Додають вершкове масло, сіль і припускають 35—40 хв. При подачі на котлету кладуть капелюшки печериць або білих грибів, прогріті в бульйоні, і поливають паровим соусом (його готують на бульйоні, у якому припускалися котлети). Страву посипають зеленню. На гарнір рекомендуються відварні овочі або картопля, заправлена маслом, рис відварний, рис припущенний, картопляне пюре.

Кількість продуктів, г: телятина (з реберною кісточкою) — 159, гриби білі свіжі — 36, гарнір — 150, соус — 75 або масло вершкове — 10. Вихід, г: із соусом — 332 або з жиром — 267.

Сосиски й сардельки. У киплячу воду занурюють сосиски, сардельки й нагрівають: сосиски — 3—5, сардельки — 10 хв. Не можна допускати тривалого кипіння через можливе лопання оболонки й просочування виробу водою. Після варіння сосиски й сардельки обсушують. Подають їх з тушкованою капустою й червоним соусом або з картопляним пюре й маслом. Можна подавати сосиски із соусом цибульним з гірчицею.

Кількість продуктів, г: сосиски або сардельки — 77, гарнір — 150, жир — 3 або соус — 50 (червоний томатний, цибульний з гірчицею або соус пікантний). Вихід, г: із соусом — 275, з жиром — 228.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ І ВИРОБІВ З ТУШКОВАНОГО М'ЯСА

М'ясо тушкують великими, порціонними й дрібними шматками. Для тушкування шматків масою до 2 кг використовують головним чином верхню, внутрішню, бічну й зовнішню частини задньої ноги, частини лопатки яловичої туші, окости й корейки баранячої туші. Для одержання порціонних і дрібних шматків можна використати м'якоть задньої й передньої ніг і покромку яловичих туш; шию, грудинку й лопатку баранини, телятини. Порціонні шматки злегка відбивають, надрізають сухожилля. При тушкуванні дрібних шматків м'ясо нарізають кубиками по 25—40 г. Перед тушкуванням м'ясо посипають сіллю, перцем, обсмажують до утворення скоринки, а потім додають невелика кількість рідини (не більше 30 % від маси м'яса) і в за-

критому посуді тушкують при слабкому кипінні. Смак і аромат тушкованого м'яса й соусу доповнюють ароматичні овочі: цибуля, морква, селера, петрушка. Їх кладуть із розрахунку 100 г на 1 кг м'яса, а також приправи, пряності, які додають у наступній кількості: перець і лавровий лист — по 0,5 г, зелень петрушки — 5, кріп — 3 г. Цей набір можна доповнити корицею, гвоздикою, мускатним горіхом, їх беруть по 0,5 г на 1 кг м'яса. Щоб додати м'ясу гостроту, можна додати при тушкуванні біле або червоне виноградне вино, квас, оцет, а також мариновані ягоди й фрукти разом із соком (100—150 г на 1 кг м'яса). При введенні цих продуктів необхідно зменшити закладку томатного пюре. Готове м'ясо зберігають у закритому посуді при температурі 50—60 °С і за потребою нарізають по 2—3 шматки на порцію.

М'ясо тушковане. Великі шматки яловичини масою до 2 кг, відрізані від задньої ноги, або лопаткову частину, грудинку баранини, лопаткову й шийну частину свинини посипають сіллю, перцем і разом з морквою, петрушкою, селерою обсмажують на пряженому харчовому тваринному жирі до утворення підсмажистої скоринки. Після цього шматки м'яса разом з овочами перекладають в інший посуд, а на основі рідини, що залишилася в посуді, в якому смажилося м'ясо, готують м'ясний сік. Останній розводять водою або бульйоном і разом з овочами використовують при тушкуванні.

ШЛУНОЧКИ КУРЯЧІ З ПЕЧЕРИЦЯМИ

Найменування сировини	Витрати, брутто
Шлуночки курячі	1110/
Морква	25
Цибуля ріпчаста	25
Сіль	10
Перець мелений	0,5
Маса відварених шлуночків	
Печериці	1654
Олія	56
Цибуля ріпчаста	119
Маса смажених грибів	
Сметана	500
Масло вершкове	25
Борошно пшеничне	25
Маса сметанного соусу	500
Вихід	1600

Технологія приготування. Підготовлені шлуночки нарізають скибочками й відварюють до готовності з додаванням овочів, які нарізають соломкою. Печериці чистять, нарізають скибочками, обсмажують до готовності з цибулею. Шлуночки та печериці заливають сметанним соусом та тушкують 10 хв. При подачі посипають січеною зеленню.

Ребро Адама

Найменування продуктів	Витрати сировини в грамах на 1 порцію
	вага брутто
Свинина(корейка)	173
Грудинка копчена	38
Шинка	10
Гриби свіжі печериці	32,9
Морква	10
Сир	12
Масло вершкове	5
Гірчиця зернова	5
Спеції	5
Желатин	3,3
Зелень	10
Вага напівфабрикату	
Жир	10
Вага готової страви	170/10

Технологія приготування. М'ясо свинини з реберною кісткою промиваємо в холодній воді, укладаємо корейку ребрами вниз, прорізавши гребінь до хребців. Видаляємо хребці. Прорізаємо лінію поперек ребер, відступивши від їхнього краю 2–3 см. Зрізуємо м'ясо з кінців ребер, укладаємо реберну секцію хребцями нагору і перерізаємо тонкі хрящові диски між кожним хребцем відразу ж зачищаючи кінці ребер. Зробивши довгий надріз по корейці, розпластуємо її. Укладаємо шар копченої грудинки, шинку, нарізану моркву, сир та смажені гриби. Згорнути корейку у вигляді рулету і добре закріпити ниткою, прошивши великими стібками складові частини. Запікаємо. З готового виробу зняти нитки. Подається як банкетна страва. Складові, частини обмазуємо гірчицею і посипаємо зеленню. При відпустці нарізати на порції.

М’ясо по-польськи

Найменування сировини	Витрати, брутто
М’ясо свиняче (товстий, тонкий край)	80
Шинка	15
Сир твердий	15
Чорнослив	7
Сухарі панірувальні	7
Спеції	1
Маса н/ф	
Олія	10
Льєзон	
Яйця	1/2
Майонез	5
Борошно	5
Вода	5
Маса готового виробу	120
Масло	5

Технологія приготування. М’ясо свинини (товстий або тонкий край) нарізають на шматки вагою 40 г, відбивають, додають спеції. Сир, шинку та чорнослив нарізають соломкою й загортають у два шматки відбивних, проводять подвійну паніровку в л’єзоні та сухарях. Смажать на повільному вогні до золотистої скоринки. До готовності доводять у жаровній шафі. При подачі поливають розтопленим маслом.

Біф по-гавайськи

Найменування сировини	Витрати сировини
	Брутто
Яловичина (котлетне м’ясо)	72,6
Свинина (котлетне м’ясо)	47,4
Яйця	1/4
Цибуля ріпчаста	12
Сіль	1,2
Мускатний горіх, мелений	0,2

Найменування сировини	Витрати сировини
	Брутто
Спеція до м'яса	0,2
Маса н/ф	
Олія для смаження	9
Маса смаженого н/ф	
Ананас консервований (кільце)	1/10
Сир твердий	16
Зелень	1,35
Вихід	140

Технологія приготування. Підготовлені свинину та яловичину двічі подрібнюють на м'ясорубці, додають дрібно нарізану цибулю, яйця, сіль, спеції до м'яса, мелений мускатний горіх. Масу добре вибивають та формують н/ф круглої форми (биточок), обсмажують на олії до готовності. На биточок викладають кільце відцідженого консервованого ананасу, трикутний шматочок сиру і запікають при t = 180 °С протягом 2 хв. до повного розправлення сиру. При подачі оформляють зеленню.

Найменування сировини	Витрати сировини
	Брутто
Свинина б/к	1040
Часник	61
Фарш яловичий	395
Цибуля ріпчаста	51
Чорнослив б/к	80
Яйця	2
Молоко	20
Масло вершкове	50
Гірчиця в зернах	10
Сир твердий	15
Желатин	4
Морква	43
Спеції	10
Сіль	5
Вихід	1000

Технологія приготування. Свинину нарізають широкими пластинами товщиною 2 см, відбивають та заправляють спеціями.

На підготовлене м'ясо кладуть омлет, смажену цибулю та чорнослив, скручують рулетом, надають форми батона, зав'язують шпагатом і запікають у жаровій шафі. Охолоджують під пресом.

Готовий рулет нарізають поперек батону, 2–3 шматочки на порцію (0,100 г)

РУЛЕТ З ГОРІХАМИ

Найменування продукту	Вага, брутто
Свиняча вирізка	2800 г
Яйця	2 шт.
Горіхи	282 г
Біле вино	50 г
Сіль, перець	20 гр
Вихід	1500 г

Технологія приготування. Підготовлену свинину замаринуємо у вині протягом 2 год. Потім гострим ножем робимо отвір і заповнюємо яєчно-горіховою сумішшю (горіхи підсушуємо на сковорідці й змішуємо з яйцем).

Рулет змазуємо олією і випікаємо в рукаві при $t = 180°C$ При подачі охолоджуємо і нарізаємо. Подається як холодна м'ясна закуска.

ПІДЧЕРЕВИНА З ГРИБАМИ

Найменування продукту	Вага, брутто
Підчеревина	1400 г
Часник	100 г
Цибуля	180 г
Гриби білі	875 г
Сіль, перець	2 г
Лимон	160 г
Вихід	

Технологія приготування. У вимитій підсушеній підчеревині, робимо надріз і розміщуємо часник, лаврове листя, перець. Солимо, перчимо. Підготовлену начинку з грибів розміщуємо між двома смужками підчеревини. Робимо надрізи на шкірі. Запікаємо в духовці 40 хв. Охолоджуємо не розвертаючи. Перед подачею збризкуємо лимонним соком. Подається як холодна м'ясна закуска.

Печінковий паштет

Найменування продукту	Вага, брутто
Печінка яловича	534
Масло вершкове	50
Сало шпик	406
Цибуля ріпчаста	60
Морква	48
Яйце	13/5 шт.
Бульйон або молоко	25

Технологія приготування. Печінку очистити від плівки, нарізати шматками й обсмажити з овочами на вершковому маслі. Наприкінці додати сіль, перець і небагато молока й протушкувати.
Остудити, пропустити тон разу через м'ясорубку. З паштету сформувати пеньок «посадити грибочки», прикрасити зеленню.¶

Котлета «Оригінальна»

Найменування продукту	Вихід 3 порції по 800 г
Стегенця	1500 г
Чорнослив	300 г
Курага	300 г
Морква гостра	500 г
Майонез	150 г
Сіль, перець	10 г

Технологія приготування. У стегенця видалити кісточку; відбити, посолити, поперчити. На відбите м'ясо покласти чорнослив, курагу,

моркву гостру. Заколоти шпажками, змазати майонезом і запекти в жарочній шафі.

М'ясо шпиговане. Шматки яловичини (або баранини, свинини) масою 1,5—2 кг шпигують морквою, петрушкою, нарізаними брусочками, і м'ясо обсмажують. Яловичину можна шпигувати морквою й шпиком (на порцію — 10—15 г шпику). М'ясо кладуть у глибокий посуд, заливають водою або бульйоном, додають ріпчасту цибулю, лавровий лист, перець, сіль і в закритому посуді тушкують до готовності. На бульйоні, у якому тушкувалося м'ясо, готують червоний соус. Подають м'ясо з відварними макаронами, розсипчастою рисовою кашею, смаженою або відварною картоплею, посипають зеленню.

> ***Кількість продуктів, г:*** яловичина — 170 (або баранина — 166, свинина — 129), морква — 28, петрушка (корінь) — 20, цибуля ріпчаста — 14, жир — 7, томатне пюре — 5, борошно пшеничне — 5, часник — 1,5, маса соусу — 100, гарнір — 750. Вихід, г — 350.

М'ясо духове. З яловичини (бічної й зовнішньої частин задньої ноги) або баранини, свинини й телятини (лопатки) нарізають шматки (1-2 на порцію), укладають в один ряд у неглибокий посуд, заливають гарячим бульйоном або водою, додають пюре (пасероване) і тушкують близько години. Потім кладуть обсмажені овочі (картоплю, моркву, ріпу, петрушку, цибулю), пряності й тушкують все разом ще близько 30 хв. Овочі нарізають у вигляді кубиків (2 × 2 см). Подають м'ясо з гарніром і соусом, у якому воно тушкувалося. Посипають зеленню.

> ***Кількість продуктів, г:*** яловичина — 170 (або баранина — 175, свинина — 147), жир тваринний пряжений — 12, картопля — 193, морква — 25, петрушка (корінь) — 13, цибуля ріпчаста — 30, пюре — 15, борошно — 3, ріпа — 20, спеції (по рецептурі). Вихід, г — 335.

Зрази відбивні. На тонко відбиті шматки яловичини кладуть фарш і формують вироби у вигляді маленьких ковбасок. Для фаршу нашатковану ріпчасту цибулю пасерують на пряженому маслі, змішують його з меленими пшеничними сухарями, вареними шинкованими яйцями або підсмаженими білими грибами, рубленою зеленню петрушки або кропу й добре перемішують.

Кожну ковбаску перев'язують нитками, посипають сіллю, обсмажують, близько години тушкують у бульйоні. Потім виймають і видаляють нитки. На бульйоні, отриманому від тушкування, готують червоний соус. Отриманим соусом заливають м'ясо й при слабкому

кипінні в закритому посуді тушкують до готовності. При подачі м'ясо поливають соусом. На гарнір — гречана каша або картопляне пюре.

Кількість продуктів, г: яловичина — 170 (або свинина — 147), жир тваринний пряжений — 8, для фаршу: цибуля ріпчаста — 60, яйце — 1/4 шт. або гриби свіжі — 17, сухарі — 6, жир пряжений — 7, петрушка (зелень); для соусу: борошно — 4, пюре — 12, цибуля ріпчаста — 6, морква — 8, петрушка (корінь) — 8, сіль, перець; соус — 75. Вихід, г — 325.

Азу. Підготовлений напівфабрикат м'яса (м'ясо яловичини, нарізане брусочками по 10—15 г) посипають сіллю й перцем, обсмажують на сильному вогні до утворення рум'яної скоринки, заливають гарячим бульйоном, додають пасероване пюре й тушкують 30—40 хв. Сиру картоплю нарізають часточками й обсмажують. Солоні огірки очищають від шкірочки й насінь, шаткують ромбиками й бланширують. Ріпчасту цибулю нарізають часточками й обсмажують. На бульйоні від тушкування готують червоний соус, заливають їм м'ясо й овочі й тушкують до готовності. Наприкінці тушкування кладуть перець і лавровий лист, а готову страву заправляють розтертим часником. При подачі в баранчик, кроншель або тарілку кладуть азу й посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яловичина — 169, жир тваринний пряжений — 12, пюре — 15, цибуля ріпчаста — 30, борошно — 5, огірки солоні — 50, картопля — 193, часник — 1, сіль, перець. Вихід, г — 325.

Рагу з баранини або свинини. М'ясо, підготовлене для рагу, обсмажують, заливають гарячим бульйоном, додають пасероване пюре й тушкують півгодини. Бульйон зливають, готують на ньому червоний соус, заправивши пасерованим борошном, і цим соусом знову заливають м'ясо. До м'яса додають обсмажену картоплю (цілу або великими шматками), петрушку, ріпу й моркву (кубиками), ріпчасту цибулю (часточками) і тушкують до готовності. У готове рагу можна покласти варений зелений горошок або стручки квасолі. Крім зазначених овочів, можна додати й інші — баклажани, цвітну капусту, перець солодкий і т.д. Подають по 2—3 шматочки м'яса на порцію разом із соусом і гарніром, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: баранина — 144 (або свинина — 110), жир тваринний пряжений 12, картопля — 193, морква — 25, ріпа — 27, цибуля — 30, петрушка (корінь) — 13, пюре — 15, борошно пшенична — 3. Вихід, г: зі свинини — 324, з баранини — 340.

Плов з баранини з овочами. Перебраний і промитий рис заливають теплою підсоленою водою (10 г солі на 1 л води) і залишають у ній на 30—40 хв. Рис у теплій воді набухає, а при тушкуванні добре розварюється. М'якоть баранини нарізають шматочками по 40—50 г, посипають сіллю, перцем і обсмажують у сильно нагрітому курдючному салі до утворення скоринки. До обсмаженої баранини додають ріпчасту цибулю і моркву, нарізані соломкою, продовжують смажити, уводять пюре й ще прогрівають протягом 5 хв. Обсмажені шматочки баранини й овочі заливають бульйоном або водою (з розрахунку як на припущенний рис, з огляду на те, що 50 % від норми рідини рис уже вбрав при замочуванні), кладуть підготовлений рис (його не треба змішувати з обсмаженими продуктами) і тушкують у закритому посуді при слабкому кипінні, час від часу помішуючи його, але так, щоб рис не змішувався з м'ясом. Під час тушкування рис повинен ніби вариться на парі. Коли рис буде готовий, усе разом перемішують і подають.

Кількість продуктів, г: баранина — 150, маргарин — 15, цибуля ріпчаста — 18, пюре — 15, рис — 67, морква — 19, перець, сіль, лавровий лист. Вихід, г — 275.

Гуляш. Підготовлений напівфабрикат (м'ясо, нарізане кубиками по 20—30 г) солять і обсмажують, а потім заливають гарячим бульйоном, додають пасероване пюре й тушкують майже до готовності в закритому посуді близько години. Бульйон зливають, готують на ньому соус, заправивши пасерованим борошном. У соус додають пасеровану цибулю, перець, лавровий лист. Цим соусом заливають м'ясо й знову тушкують 15—20 хв.

Кількість продуктів, г: яловичина — 162 (свинина — 129 або баранина — 150), жир пряжений — 7, цибуля ріпчаста — 24, пюре — 15, борошно — 5, сметана — 20, гарнір — 50, сіль, перець, лавровий лист, зелень. Вихід, г — 325.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ ІЗ ЗАПЕЧЕНОГО М'ЯСА

Перед запіканням м'ясні продукти варять, припускають або смажать до повної готовності. Звичайно запікають м'ясні вироби протягом 10—15 хв у жарочній шафі при температурі 280—300 °С. На поверхні готових виробів повинна утворитися рівна підсмажена скоринка. Готові вироби, що готують на порціонних сковородах, подають у тому ж

посуді. При подачі поливають розтопленим вершковим маслом і посипають зеленню. Запечені страви можна подавати з усілякими гарнірами. Дуже добре використати картопляне пюре, що готують із гарячої картоплі, заправленої сирими яєчними жовтками й вершковим маслом. Таке пюре добре зберігає смак, а при запіканні — форму, що важливо при оформленні страви. Готові запечені вироби не можна довго зберігати, тому що швидко погіршується їхній зовнішній вигляд і смакові якості. Запікають страви безпосередньо перед їхньою подачею. Продукт при запіканні повинен прогріватися до температури в товщі 80—90 °С.

Яловичина в цибульному соусі запечена. Вареним або тушковане великим шматком м'ясо, нарізане скибочками, укладають на порціонну сковороду по 1—2 шматочки або на овальне металеве блюдо, попередньо змазане жиром. Попередньо на сковороду підливають частину цибульного соусу (1/4 норми). Укладають на нього м'ясо, навколо якого з кондитерського мішка випускають густе картопляне пюре у вигляді шнурка товщиною 15—20 мм або укладають кружечки картоплі. М'ясо заливають іншим соусом, посипають картоплю й соус тертим сиром, змішаним з товченими сухарями, збризкують жиром і запікають.

Кількість продуктів, г: яловичина — 164, соус цибульний — 100, картопля — 206, сухарі — 2, сир — 3,3, маргарин столовий — 5. Вихід, г — 300.

Телятина, запечена під молочним соусом. Смажену телятину нарізають по 1—2 шматки на порцію. На страву наливають тонким шаром частину гарячого молочного соусу середньої густоти й кладуть шматки телятини. Поливають їх невеликою кількістю м'ясного коричневого соку, отриманого при смаженні телятини. Заливають молочним соусом з яєчними жовтками, відразу ж посипають тертим сиром, поливають вершковим маслом і запікають. При подачі страву поливають вершковим маслом, посипають кропом або зеленню петрушки. Гарнір подають окремо.

Кількість продуктів, г: телятина — 177 (або баранина, козлятина — 164), маргарин столовий — 2, соус молочний — 100, сир — 4, картопля, смажена кружечками, — 100. Вихід, г — 290.

Солянка збірна на сковороді. Варені яловичі нирки, або язики, сосиски, сардельки, шинку нарізають тонкими невеликими скибочками. Солоні огірки очищають від шкірочки, розрізають уздовж на чотири частини, зрізають насіння, огірки нарізають часточками й злегка

відварюють. Очищену ріпчасту цибулю дрібно шаткують і пасерують. М'ясопродукти злегка обсмажують, з'єднують із підготовленими огірками, каперсами, червоним соусом і нагрівають до кип'ятіння. На сковороду, змазану жиром, кладуть 1/3 частину тушкованої капусти, на неї м'ясні продукти із соусом і овочами, а потім знову капусту, що залишилася. Після цього поверхню розрівнюють, зверху посипають тертим сиром і меленими сухарями, збризкують жиром і запікають у жарочній шафі. Якщо страву запікають на порціонних сковородах, то на них же її й подають. Готову солянку посипають дрібно нарізаною зеленою цибулею, прикрашають кружечками лимону, маслинами або маринованими ягодами й фруктами.

Кількість продуктів, г: яловичина — 76 (або баранина— 77, або свинина— 68), сосиски або сардельки — 26, окіст — 20, огірки солоні — 58, каперси — 30, соус — 50, капуста тушкована — 200, сухарі — 3, сир — 2,2, маргарин столовий — 4, маслини — 5, плоди мариновані — 27, лимон — 6. Вихід, г — 337.

ТЕХНОЛОГІЯ ВИРОБНИЦТВА СТРАВ ЗІ СМАЖЕНОГО М'ЯСА

М'ясо смажать великими, порціонними й дрібними шматками. У баранині, свинині й телятині колаген має незначну стійкість, тому на відміну від яловичини майже всі частини свинини, телятини й баранини придатні для смаження. З яловичої туші для смаження великими шматками придатні вирізка, тонкий і товстий краї. Шматки масою 1,5—2 кг зачищають, посипають сіллю, перцем і піддають смаженню. Лопатку згортають рулетом і перев'язують шпагатом, а грудинку фарширують і смажать разом з реберними костями. Можна жарити грудинку нефаршированою. У процесі смаження м'ясо періодично поливають соком, що випливає, і жиром. Готовність м'яса визначають за кольорами соку (він повинен бути безбарвним), що випливає з м'яса при його проколюванні голкою. Вирізку, товстий і тонкий краї яловичини (ростбіф) можна смажити до трьох ступенів готовності: повністю просмажене м'ясо, напівпросмажене й обсмажене по-англійськи (із кров'ю).

М'ясо смажене подають із простими й складними гарнірами. Елементи складного гарніру (не менш трьох видів) підбирають згідно смаку основного продукту й укладають збоку від нього, чергуючи за кольорами. Деякі види складного гарніру можна подавати в тарталетках — кошичках

зі здобного прісного або листкового тіста. Додатково можна подати листи зеленого салату, огірки, помідори. Смажене м'ясо подають із м'ясним соком, соусом або розтопленим вершковим маслом. М'ясний сік, як правило, підливають збоку до м'яса. Соус же підливають збоку до м'яса, покривають ним виріб повністю або подають окремо в соуснику. До м'яса в соусі або із соусом складних гарнірів не подають.

М'ясо, смажене великими шматками, нарізають впоперек волокон тонкими широкими шматками. Ростбіф подають зі складним гарніром (частіше зі смаженою картоплею, морквою в молочному соусі й зеленим горошком) і при подачі підливають м'ясний сік. Для телятини до складу складного гарніру включають і припущенний або відварний рис, картоплю варену, картопляне пюре або зелений горошок. До складу складного гарніру для свинини звичайно входить тушкована капуста. Простий гарнір може складатися з картопляного пюре, тушкованої капусти, картоплі смаженої. Баранину подають із гречаною кашею або квасолею, заправленою томатом або маслом, а також зі смаженою картоплею або складним гарніром, до складу якого входить гречана каша. До баранини, крім м'ясного соку, подають у соуснику молочний соус із цибулею.

Нижче наводиться технологія приготування страв з м'яса, смаженого великими шматками.

М'ясо, смажене великим шматком (ростбіф). М'ясо — вирізку, тонкий і товстий край масою від 1 до 3 кг, зачищають, посипають сіллю й перцем; кладуть у сотейник або на лист із гарячим жиром (130—150 °С) і смажать із усіх боків на сильному вогні до появи коричневої скоринки. Після цього м'ясо досмажують у жарочній шафі при температурі 150—180 °С; періодично через кожні 10—15 хв поливають жиром і соком, на якому воно смажиться. Якщо м'ясо смажити правильно, то на поверхні повинна з'явитися рум'яна скоринка. Звичайно ростбіф смажать настільки, щоб сік усередині шматка залишався рожевим. Ступінь готовності визначається проколом кухарською голкою. У готове смажене м'ясо голка входить легко й рівно, сік, що витікає, прозорий, потрапивши на лист, він не скачується (тривалість варіння 1,5—2,5 год). Коли ростбіф готовий, його знімають зі сковороди, нарізають скибочками й укладають на блюдо. На гарнір можна дати нарізану часточками моркву й зелений горошок, заправлені маслом; картопля відварну, смажену, у молоці або у вигляді пюре й струганий хрін. М'ясо поливають процідженим соком, що утворився при смаженні, і розтопленим маслом. Окремо до ростбіфа можна подати огірки й зелений салат.

Кількість продуктів, г: яловичина — 156 (або баранина, козлятина — 166, або свинина — 129), жир тваринний пряжений харчовий — 3, гарнір — 150. Вихід, г — 225.

Порося смажене. У тушки поросяти масою до 4 кг перед смаженням у міжлопатковій частині підрубують хребет уздовж внутрішньої сторони й тазову кістку до хребта. Потім тушку посипають сіллю зовні й усередині й розпластують. Тушки масою більше 4 кг перед смаженням розрубують на половинки уздовж хребта разом з головою, а більше 6 кг на 4—6 частин. Підготовлені тушки кладуть на лист із жиром шкірою догори, змазують шкіру сметаною й смажать у жарочній шафі до готовності, періодично змазуючи шкіру жиром, але не поливаючи соком, що виділилися з м'яса, і не перевертаючи на іншу сторону, щоб шкіра смаженого поросяти вийшла хрусткою. Час смаження в середньому 50—60 хв. Перед подачею в тушок відрізають голову, розрубують уздовж навпіл, потім розрубують поперек на порціонні шматки. Смаженого поросяту гарнірують і поливають жиром. Окремо в соуснику подають м'ясний сік, яким можна полити порося при подачі. Гарніри: гречана каша розсипчаста з маслом або яйцем і пасерована ріпчаста цибуля.

Кількість продуктів, г: порося — 179, сметана — 7, жир тваринний пряжений харчовий — 3, гарнір — 750. Вихід, г — 250.

Нижче наводиться технологія приготування страв з м'яса, смаженого порціонними й дрібними шматками.

Порціонні шматки смажать головним чином на плиті. Жиру для смаження беруть 5—10 % від маси виробів. Сковороди з жиром розігрівають до 150— 180 °С, а потім укладають підготовлені напівфабрикати. Обсмажування проводять по обидва боки виробу. Паніровані вироби після смаження ставлять у духову шафу для доведення до готовності. Для деяких м'ясних продуктів (мізки, телячі нирки) доцільне попереднє варіння з наступним панірованням і смаженням у жирі, нагрітому до 160—170 ºС. Після утворення рум'яної скоринки вироби виймають із жиру, дають йому стекти й досмажують у жарочній шафі. М'ясо, смажене порційними шматками, подають у такий спосіб: натуральні вироби кладуть зі складним гарніром і поливають м'ясним соком. При подачі натуральних котлет на кісточку надягають паперову папільйотку.

Філе, лангет і ескалоп можна подавати в соусі. Філе й ескалоп подають на крутоні з обсмаженого білого хліба (без кірок) або на крутоні, випеченому з листкового тіста. М'ясо заливають відповідним соусом і гарнірують картоплею смаженою, відварною або картоплею, смаженою у фритюрі.

Паніровані вироби подають, як правило, зі складним гарніром і поливають розтопленим вершковим маслом. Можна гарнірувати ці вироби смаженою картоплею. Якщо паніровані вироби відпускають із соу-

сом (мізки фрі, ніжки фрі, котлети баранячі відбивні), його подають у соуснику. Найчастіше використовують соус томатний, а до баранячих котлет — соус молочний з цибулею.

Біфштекс. Подають із різними гарнірами на блюді або сковороді. Існує кілька способів подачі біфштекса: біфштекс поливають жиром; гарнір — смажена картопля й струганий хрін або складний гарнір. Додатково дозволяється додавати відварну цвітну капусту або мариновану білокачанну. На біфштекс можна покласти шматочок вершкового масла; біфштекс із яйцем подають із вищевказаним гарніром, але зверху на м'ясо кладуть глазун'ю; біфштекс із цибулею — кладуть ріпчаста цибулю, нарізану кільцями й смажену у жирі; гарнір — смажена картопля.

Кількість продуктів, г: яловичина (вирізка) — 17 Ф, жир тваринний — 7, хрін (корінь) — 16, гарнір — 150. Вихід, г — 239.

Філе. Подають філе з різними гарнірами, із соусом і без нього. Розрізняють філе натуральне, філе в соусі, філе з помідорами. Філе натуральне. Філе поливають жиром і м'ясним соком; гарнір — смажена картопля, овочі в молочному соусі, зелений горошок (складний гарнір).

Кількість продуктів, г: яловичина (вирізка)— 170, жир тваринний пряжений харчовий — 3, гарнір — 150, масло вершкове — 5. Вихід, г — 234.

Філе в соусі. Філе подають на шматочках пшеничного хліба (крутонах). На підсмажені скибочки хліба кладуть шматочки відвареного язика або шинки, на них укладають філе й поливають соусом червоним з мадерою або грибами, або соусом з естрагоном, гарнір — смажена картопля.

Лангет. Подають його по два шматки на порцію з різними гарнірами, із соусом і без нього. Розрізняють лангет натуральний, лангет з помідорами, лангет у соусі.

Лангет натуральний. Лангет поливають маслом і підливають м'ясний сік, збоку поміщають смажену картоплю або складний гарнір (смажена картопля, морква, зелений горошок, заправлений борошном, маслом і цукром).

Кількість продуктів, г: яловичина (вирізка)— 170, жир — 7, гарнір — 150. Вихід, г — 229.

Лангет з помідорами. Лангет подають так само, як і натуральний, але зверху кладуть половинки смажених помідорів.

Лангет у соусі. Лангет поливають соусом червоним з мадерою, червоним з цибулею і корнішонами, сметанним з цибулею. Гарнір — смажена картопля.

Котлети свинячі натуральні. Із зачищеної корейки нарізають широкі порціонні шматки так, щоб при кожній з них була реберна кісточка. Від кінця кістки кожного шматка підрізають м'ясо на 30—40 мм і зачищають кістку від плівок. Відбивають м'ясо злегка, перерізують сухожилля й зрізують нерівності із крайок. Перед смаженням котлети солять. Розігрівають жир до 140—150 °С, укладають на нього котлети кінцями реберних костей униз, тобто лицьовою стороною, і присмажують до утворення рум'яної скоринки. Потім котлети перевертають і присмажують із іншого боку. Обсмажені котлети ставлять у жарочну шафу на 5—6 хв. Свинина повинна бути добре просмажена. При подачі котлети укладають на блюдо або тарілку, а в посуд, в якому вони смажилися, наливають міцний бульйон, зварений з обсмажених костей свинини, кип'ятять, проціджують і отриманим м'ясним соком поливають котлети. Подають котлети з картоплею смаженою, картопляним пюре, з картоплею в молоці, горошком, квасолею або складним гарніром з 3—4 різних видів овочів.

Кількість продуктів, г: свиняча корейка — 171 (з кісточкою), жир тваринний пряжений харчовий — 7, гарнір — 150. Вихід, г — 241.

Антрекот. Антрекот подають, поливши м'ясним соком і жиром. Склад гарніру — картопля в молоці або картопля, смажена різними способами, струганий хрін. На м'ясо укладають шматочок масла. Страву прикрашають гілочками петрушки.

Кількість продуктів, г: м'ясо яловичини — 170, жир — 7, хрін (корінь) — 16, гарнір — 150. Вихід, г — 239.

Ескалоп. Ескалоп подають на крутонах по двох шматки на порцію, з гарніром зі смаженої картоплі, складним гарніром та ін. Можна також готувати ескалоп із соусом і подавати на крутонах. У цьому випадку на ескалоп кладуть шматочки підсмажених нирок і заливають соусом томатним.

Кількість продуктів, г: свинина (корейка) — 147 або телятина — 189, або баранина — 175, жир тваринний пряжений харчовий — 7, грінки — 20, гарнір — 150. Вихід, г: зі свинини — 255, з телятини, баранини — 249.

Бефстроганов. Шматки м'яса відбивають до товщини 5—8 мм, нарізають брусочками довжиною 30—40 мм, посипають сіллю, перцем, обсма-

жують на добре розігрітій сковороді протягом 3—5 хв, додають пасеровану цибулю, заливають сметанним соусом, заправляють соусом «Південний» і доводять до кипіння. Подають у круглому баранчику, гарнір — окремо в порціонній сковороді, попередньо посипавши його й м'ясо рубленою зеленню. На гарнір додатково можна подати грінки.

Кількість продуктів, г: м'ясо яловиче — 162, маргарин столовий — 10, борошно — 5, сметана — 30, соус «Південний» — 4, цибуля ріпчаста — 43, гарнір — 150. Вихід, г — 300.

Котлета «Курочка ряба»

Найменування продукту	Вага, брутто
Куряча грудка	234 г
Курага	12 г
Борошно	4 г
Яйця	1/8 шт.
Вівсяні пластівці	6 г
Вихід	125 г

Технологія приготування. Філе курячої грудки нарізаємо, солимо, перчимо. На середину півфабрикату кладемо курагу замочену у вині й сир, загортаємо у вигляді рулету, обкачуємо в борошні, змочуємо в яйці й паніруємо у вівсяних пластівцях. Смажимо у фритюрниці.

Гарнір: комбінований.

Качка пікантна

Найменування продукту	Вага, брутто
Качка напівфабрикат	1,500
Балик	0,040
Сметана	0,040
Томатна паста	0,050
Желатин	0,015
Сіль	0,030
Перець	0,010
Бекон	0,300

Найменування продукту	Вага, брутто
Огірки мариновані	0,050
Маслини б/к	0,100
Яйця варені	0,126
Морква варена	0,319
Цибуля зелена	0,062
Мандарин	0,150
Виноград	0,600
Лимон	0,100
Апельсин	0,100
Гриби	0,100
Зелень	0,054
Желатин	0,015
Вихід однієї страви	

Технологія приготування. Підготовлену тушку качки натирають сіллю та перцем, відварюють до напівготовності. Змащують сметанно-томатною сумішшю, викладають на деко і запікають до готовності. Свинячу корейку натирають сіллю, спеціями, викладають на деко і смажать у терморукаві, із готової качки знімають грудинку і викладають свинячу корейку. Тушку оформляють, прикрашають, гарнірують овочами і зеленню.

Котлета «Барон»

Найменування продукту	Вихід порції по 300 г
Куряче філе	800 м
Яйце	40 м
Борошно	80 м
Сухарі	120 м
Помідор	80 м
Баклажани	80 м
Цибуля	60 м
Перець салатний	80 м

Найменування продукту	Вихід порції по 300 г
Олія рослинна	80 г
Сир	80 г
Сметана	40 г
Сіль, перець.	10 г

Технологія приготування. Філе (м'ясо куряче або свиняче) відбити, змазати майонезом, загорнути з фаршем. Фарш: томати, цибуля, перець, баклажани обсмажити, остудити, додати тертий сир. Цим фаршем наповнити відбите м'ясо, надати форму котлети, запанірувати у борошні, яйці, хлібній соломці, обсмажити в рослинній олії, довести до готовності в духовій шафі. Подавати із соусом.

Соус: запекти перець, томати в духовці; остудити, усе протерти у блендері, процідити. Прогріти на вогні зі сметаною. Сіль, цукор, спеції за смаком.

Печінка смажена з яблуками

Найменування продукту	Вага, брутто
Печінка яловича	820,0
Борошно	25,0
Жир тваринний	44,0
Яблука	780,0
Борошно	10,0
Олія	20,0
Цибуля ріпчаста	53,0
Олія	10,0

Технологія приготування. Підготувати печінку, нарізати шматочками, посипати сіллю, перцем, запанірувати в борошні та обсмажити з обох боків.

Яблука почистити, видалити серцевину, нарізати кільцями, запанірувати, у борошні, обсмажити.

Цибулю нарізати кільцями й смажити у фритюрі до золотавого кольору.

Подавати печінку на кільці смаженого яблука, зверху покласти цибулю, прикрасити зеленню.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ ІЗ СУБПРОДУКТІВ

В Україні виготовляють різноманітні асортименти страв із субпродуктів. Нижче приводиться технологія приготування найпоширеніших і фірмових з них.

Язик відварний із соусом. Язики, підготовлені для варіння, кладуть у холодну воду, доводять їх до кипіння, додають коренеплоди, ріпчасту цибулю й сіль і варять при слабкому кипінні. Зварені язики виймають із бульйону, опускають на кілька хвилин у холодну воду й у ній же швидко з іще гарячих ящиків знімають шкіру. До подачі відварні нарізані язики зберігають у бульйоні. Подають із картопляним пюре й соусом червоним з мадерою або з зеленим горошком, а також із соусом білим паровим. Можна подавати язик відварний також із соусом сметанним із хріном, білим, томатним. Нижче наводиться рецептура страви

«Язик відварний у сметанному соусі»

Кількість продуктів, г: язик яловичий — 126, корінь для варіння — 11, соус сметанний — 75, лавровий лист, перець горошком, зелень, гарнір — 150. Вихід, г — 300.

Серце, легені й інші субпродукти в соусі (гуляш). Серце або інші субпродукти заливають холодною водою, відварюють, нарізають на шматочки (20—30 г), кладуть у сотейник, додають ріпчасту цибулю, заливають червоним соусом і тушкують 15—20 хв. Гарнір — смажена картопля, відварні макарони.

Кількість продуктів, г: серце — 147 (або легені — 125, або нирки яловичі— 181), петрушка (корінь) — 3, морква — 4, цибуля ріпчаста — 4, жир тваринний пряжений харчовий — 7, гарнір — 150, соус — 100, часник — 0,8. Вихід, г — 325.

Нирки в соусі з окостом і грибами, запечені. Нирки нарізають у формі великої локшини, причому телячі нирки сирими, яловичі — вареними. Так само нарізають окіст і варений солона язик, свіжі гриби (білі або печериці). Гриби й нирки обсмажують окремо, а шинку й язик разом. В обсмажені продукти додають сметанний соус із томатом і цибулею і перемішують. Кладуть на порціонну сковороду, посипають тертим сиром, збризкують маслом і запікають. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: нирки яловичі — 121 (або баранячі, або свинячі, або телячі— 101), жир тваринний пряжений харчовий — 3, окіст — 26, язик яловичий — 34, гриби білі свіжі — 36, соус — 115, сир — 4, маргарин столовий — 4. Вихід, г — 177.

Мізки смажені. Сирі мізки, очищені від плівок, цілими або половинками кладуть у посуд з холодною водою (1—1,5 л на 1 кг мозків), додають сіль, оцет, овочі й спеції. Як тільки вода з мізками нагріється до кипіння, посуд ставлять на слабкий вогонь, закривають кришкою й варять мізки без кипіння протягом 25—30 хв. Після варіння їх охолоджують, не виймаючи з відвару. Зварені половинки обсушують, солять, панірують у пшеничному борошні, змочують сирим збитим яйцем, після чого панірують у товчених сухарях або крихтах білого хліба й обсмажують у фритюрі, потім прогрівають у жарочній шафі. При подачі мізки поливають маслом або кладуть на них по шматочку масла. Соус томатний або червоний з вином подають у соуснику. Гарнір — картопля смажений, пюре, зелений горошок або складний гарнір.

Кількість продуктів, г: мізки — 130, морква — 4, цибуля ріпчаста — 4, петрушка (корінь), оцет 3 % — 4, борошно пшенична — 4, маргарин столовий — 18, лимон — 11, гарнір— 150. Вихід, г — 240.

Нирки по-російськи. Підготовлені нирки заливають гарячою водою, кладуть лавровий лист, перець, цибулю, моркву й варять до готовності близько години. Зберігають охолоджені нирки без бульйону під вологою серветкою. Зварені яловичі нирки нарізають скибочками, посипають перцем і обсмажують. Телячі, баранячі й свинячі нирки можна обсмажувати сирими. Солоні огірки очищають, нарізають скибочками й бланширують. Моркву, ріпчаста цибулю, петрушку ріжуть часточками й пасерують. Огірки й пасеровані корені з'єднують, додають пасероване пюре й тушкують 10—15 хв, після чого кладуть нарізані скибочками обсмажені нирки й продовжують тушкувати. Гарнір — смажена картопля. Подають нирки на порціонній сковороді, посипавши зеленню. Зверху можна покласти скибочки звареного яйця.

Кількість продуктів, г: нирки яловичі — 181 (або нирки телячі, баранячі, свинячі— 151), картопля — 145, морква— 31, цибуля ріпчаста— 30, петрушка (корінь) — 13, маргарин столовий — 13, огірки солоні — 58, часник — 1. Вихід, г — 300.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ ІЗ ПТАХА ТА ДИЧИНИ

Птах або дичина під паровим соусом. Відварюють курку. Окремо на бульйоні готують білий паровий соус. При подачі порцію гарячої курки кладуть у глибоке блюдо або на тарілку, а поруч із птахом — гарнір, заправлений маслом: кашу рисову розсипчастому, зварену на бульйоні (рис припущенний), варені гриби, нарізані у формі ромбиків. Поливають курку білим соусом або білим соусом з яєчним жовтком. Прикрашають листиками салату або гілочкою зелені петрушки.

Кількість продуктів, г: курка — 208, соус — 75, гарнір — 150, зелень, гриби білі свіжі — 43, масло вершкове — 2. Вихід, г — 350.

Птах, тушкований у соусі червоному з естрагоном. Смажену курку розрубують на порції, укладають у сотейник, додають копчену грудинку, нарізані часточками готові гриби, маслини й обсмажені цибулю і картопля, заливають соусом червоним з естрагоном, тушкують 10—15 хв до готовності. Подають у тому ж посуді. При подачі зверху кладуть помідори, нарізані половинками, посипають дрібно нарубаним часником і зеленню петрушки.

Кількість продуктів, г: курка — 216, грудинка копчена — 13, маргарин столовий — 12, картопля — 133, цибуля-сівок — 31, гриби білі свіжі — 36, маслини — 15, соус — 125, помідори свіжі — 47, часник — 1. Вихід, г — 390.

Курка фарширована. На шкіру, зняту з м'яса молодих курей і розкладену на вологому пергаменті, серветці або марлі, укладають приготовлений фарш, розрівнюють його, загортають у формі рулету або формують у вигляді тушки, перев'язують кінці пергаменту або серветки й укладають у посуд. Варять курку в невеликій кількості бульйону в закритому посуді на слабкому вогні. Час варіння фаршированої курки — 35—40 хв на 1 кг фаршу. Порцію курки (2—3 шматки) кладуть на блюдо, гарнірують припущенним рисом, стручковою квасолею, горошком або одним зі складних гарнірів і поливають білим соусом з яєчним жовтком. Фаршировану курку можна також після припускання полити маслом і обсмажити в жарочній шафі.

При подачі полити соком або червоним соусом з мадерою, можна дати один зі складних гарнірів. Для фаршу: м'якоть курки нарізають на шматки, пропускають через м'ясорубку, додають м'якоть пшеничного хліба, розмоченого в молоці або вершках, і пропускають ще раз через

м'ясорубку із частими ґратами або через протиральну машину. У здрібнену масу додають розм'якшене масло, сире яйце, молоко, сіль, перець, мускатний горіх і перемішують.

Кількість продуктів, г: м'ясо куряче — 85, хліб пшеничний — 10, молоко або вершки — 25, масло вершкове — 10, яйце — 1/4 шт., соус — 75, гарнір — 150, сіль, перець, мускатний горіх.

Рагу з курки. Тушки курей розрубують на шматки (по 2—3 на порцію), посипають сіллю, обсмажують у сотейнику з жиром з усіх боків, заливають коричневим бульйоном, додають пюре й тушкують у закритому посуді 40—60 хв, залежно від віку птаха. Картоплю нарізають часточками або кубиками й обсмажують. Моркву, ріпу, петрушку й цибулю також нарізають часточками й також злегка обсмажують із маслом. Шматки птаха після тушкування перекладають в інший сотейник. У борошняне пасерування вводять бульйон, як для червоного соусу, і проварюють кілька хвилин. У сотейник зі шматками курки кладуть обсмажені овочі, прянощі, потім зверху картоплю й усе заливають процідженим соусом, накривають посуд кришкою, доводять до кипіння на плиті, потім ставлять у жарочну шафу на 25—30 хв. Коли рагу буде готове, видаляють бульйон із пряностями й зберігають до подачі на мармиті. При масовому приготуванні цієї страви шматки птаха й гарнір із прянощами краще тушкувати роздільно в соусі. Це ж рагу можна приготувати інакше: тушки птаха обсмажити й припустити до готовності з коричневим бульйоном. Готові тушки розрубити на порції, скласти в сотейник. В отриманий від припускання бульйон додати пюре, пасероване борошно й приготувати соус. В іншому діяти так само, як описано вище.

Так само можна приготувати рагу з гусака або качки. При подачі в глибоке блюдо або на тарілку покласти порцію тушкованого птаха, покрити її гарніром разом із соусом і посипати зеленню.

Кількість продуктів, г: курка — 145, картопля — 145, ріпа — 20, морква — 20, петрушка — 10, цибуля — 25, пюре — 15, жир птаха — 12, маргарин столовий — 10, борошно — 3, соус — 125, пучок зелені із пряностями й зелень рубана.

Гуска, качка з яблуками. Яблука очищають від шкірочки, розрізають на дві або чотири частини й видаляють насінну коробочку. Яблука укладають на змазаний маслом лист або сотейник, посипають цукром і запікають у жарочній шафі. При подачі на блюдо або лист кладуть смаженого птаха, гарнірують печеними яблуками й поливають м'ясним соком і маслом, прикрашають гілкою зелені.

Кількість продуктів, г: гуска — 261 або качка — 246, маргарин столовий — 5, масло вершкове — 7, яблука — 250, цукор — 5, сіль. Вихід, г — 257.

Печеня по-кам'янецьки. Картоплю й моркву нарізають великими кубиками, обсмажують, додають сиру дрібно нарізану цибулю, посипають перцем і перемішують. Отриману суміш кладуть у горщики упереміж з обсмаженим і тушкованим до напівготовності м'ясом, відварними грибами й квасолею, заливають бульйоном, додають перець, лавровий лист і тушкують до готовності. Подають у горщиках.

Кількість продуктів, г: яловичина — 161, картопля — 37, цибуля ріпчаста — 18, морква — 27, сало пряжене — 15, пюре — 15, квасоля — 24, гриби сушені — 12,5. Вихід, г — 375.

Котлета «Стара фортеця». Свинину відбивають, на середину кладуть фарш із грибів, смажених з цибулею. Виріб звертають, заколюють дерев'яною шпажкою, змочують у яйцях, панірують у сухарях і смажать у фритюрі. Подають зі складним гарніром, вийнявши шпажку.

Кількість продуктів, г: свинина — 130, гриби сушені — 10, яйце — 1 шт., сухарі — 10, сало пряжене — 15, цибуля ріпчаста — 24. Вихід, г — 100.

Субпродукти по-шляхівськи. Легені добре миють, заливають холодною водою й варять. Потім охолоджують, нарізають кубиками, з'єднують із пасерованою цибулею, заливають сметаною й тушкують. За 10— 15 хв до готовності додають спеції. При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: легені — 116, цибуля — 47, маргарин — 10, сметана — 20. Вихід, г — 100.

Ковбаса по-вапнярськи. Сало свиняче, цибулю пропускають через м'ясорубку, у масу додають борошно, яйце. Отриманою масою наповнюють кишкову оболонку. Напівфабрикат варять протягом години. При подачі обсмажують з обох боків.

Кількість продуктів, г: сало свиняче — 50, яйце — 1 шт., борошно — 23, цибуля ріпчаста — 24, кишкова оболонка — 17; вага напівфабрикату — 132, жир — 5. Вихід, г — 100.

Котлета «Дубовий гай». Підготовлене м'ясо нарізають на шматки, з'єднують із салом-сирцем і подрібнюють на м'ясорубці, у підготовлену масу вводять яйце, перець, все ретельно вимішують. Формують корж, на середину кладуть фарш і надають котлеті тригранної форми,

опускають у л'єзон і смажать основним способом. *Для фаршу:* сушені гриби перебирають і замочують у холодній воді на 3—4 год., воду зливають, заливають новою й відварюють із ріпчастою цибулею. Варені яйця нарізають кубиками й з'єднують із грибами.

Кількість продуктів, г: яловичина — 158, сало — 17, яйце — 1/2 шт., гриби сушені — 10, цибуля ріпчаста — 22. Вихід, г — 120.

Домашня печеня по-маньківськи. Підготовлені тушки курей рубають на порціонні шматки, солять, перчать, обсмажують на вершковому маслі, складають у горщик, заливають бульйоном і тушкують. Наприкінці тушкування кладуть деруни, закривають прісним тестом, тушкують у жарочній шафі до готовності. Подають печеню в горщиках.

Кількість продуктів, г: кури — 211, масло вершкове — 30; для дерунов: картопля — 300, цибуля ріпчаста — 24, борошно — 20, яйце — 1/4 шт., сало пряжене — 15; бульйон — 100; для тіста: борошно — 35, яйце — 1/2 шт., вода — 15. Вихід, г — 100/400.

Котлета «Заднипряна». М'ясо пропускають через м'ясорубку, додають сало, яйця. Формують коржа, на середину кладуть фарш, краї з'єднують, змочують у л'єзоні, панірують у борошні, надають форми котлети й смажать. Відпускають зі складним гарніром. *Для фаршу:* гриби відварюють, обсмажують із ріпчастою цибулею, додають перець, дрібно нарізану зелень.

Кількість продуктів, г: яловичина — 128, сало — 11, яйце— 1/10 шт., гриби сушені— 13, цибуля — 26, маргарин — 5, зелень петрушки — 10, борошно — 10, маргарин — 7. Вихід, г— 120.

Крученики по-корсунськи. М'ясо нарізають тонкими скибочками, відбивають, солять, посипають перцем, змочують у л'єзоні й обсмажують до готовності. На смажене м'ясо укладають фарш: пасеровану цибулю, зелений горошок, рубане яйце. Звертають трубкою, обсмажують. Подають із гарніром.

Кількість продуктів, г: свинина — 137, шпик — 10, яйце — 1/4 шт., борошно — 10, цибуля ріпчаста — 24, зелений горошок— 24, сало— 5, яйце— 1/4 шт. Вихід, г — 115.

Ковбаски по-звенигородськи. М'якоть свинини подрібнюють на м'ясорубці, яловичу печінку нарізають дрібними кубиками. У фарш

додають сіль, перець, часник, яйце, воду. Вибивають, ставлять на 1—1,5 год на холод. Формують ковбаски довжиною 10—12 см по 2 шт. на порцію, одягають на шпажки, панірують у борошні й смажать основним способом. Подають ковбаски разом зі шпажками й смаженою картоплею.

Кількість продуктів, г: свинина — 93, печінка яловича — 20, часник — 1, борошно — 7, яйце — 1/5 шт. Вихід, г — 75.

Огірочки по-катеринопільськи. Два порціонних шматки м'яса, нарізані з корейки або окосту, відбивають до товщини 0,5 см. Часник товчуть у ступці разом із сіллю й перцем. Відбиті шматки м'яса змазують товченим часником, закручують у вигляді огірочків і смажать основним способом. До готовності доводять у жарочній шафі.

Кількість продуктів, г: свинина — 155, часник — 2, сало пряжене — 10, масло вершкове — 5. Вихід, г — 100.

Шашлики по-чигиринськи. М'ясо свиняче нарізають кубиками, маринують, надягають на шпажки упереміж з цибулею та картоплею, нарізаною кубиками. Смажать у фритюрі. При подачі посипають маринованою цибулею і гарнірують солоними огірками.

Кількість продуктів, г: свинина — 127, цибуля ріпчаста — 24, оцет 3 % — 40, картопля — 267, гідрожир— 26, цибуля ріпчаста для посипання— 12, оцет 3 % — 2, огірки солоні — 55. Вихід, г — 235.

Рулет по-маньківськи. Грудну частину зачищають від сала, костей, солять, перчать. На шар шириною 30—40 см, довжиною 50 см укладають підготовлену корейку, загортають у рулет, перев'язують шпагатом, обсмажують до рум'яної скоринки й тушкують у м'ясному бульйоні. При подачі знімають шпагат і нарізають на порції.

Кількість продуктів, г: свинина — 189, часник — 3. Вихід, г — 100.

Рулет зі свинини. З тазостегнової частини свинини нарізають шматки, відбивають до товщини 1 см, потім на шар укладають шпик, нарізаний тонкими смужками, пасеровану моркву, рубані яйця, здрібнений часник і звертають у рулет, перев'язують шпагатом і варять у бульйоні до готовності. Потім кладуть під легкий прес для надання форми. Перед подачею знімають шпагат, нарізають на порції й прогрівають у бульйоні.

Кількість продуктів, г: свинина — 1.55, яйце — 1/10 шт., шпик — 7, морква — 8, часник — 2. Вихід, г — 100.

Рулет свинячий з паштетом. М'ясну свинину нарізають шаром поперек волокон, відбивають до товщини 1 см, посипають перцем, сіллю, укладають рівним шаром паштет і згортають рулетом. Перев'язують шпагатом і смажать у духовій шафі до готовності. Потім кладуть під легкий прес для надання форми. Подають як самостійну страву з овочевим гарніром.

Кількість продуктів, г: свинина — 120, фарш (паштет): печінка яловича — 53, свиняча — 50, шпик — 6, цибуля ріпчаста — 6, яйце — 1/10 шт., морква — 5, петрушка (корінь) — 4, жир свинячий — 5. Вихід, г — 100.

Брезоль по-городищенськи. Яловичину разом із салом, подрібнюють на м'ясорубці. Додають сіль, перець, воду, вибивають. Формують коржа, панірують у борошні, змочують у яйці й смажать. Перед подачею звертають у вигляді трубочки й поливають вершковим маслом. Подають із картопляним пюре, поливши вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: яловичина — 115, сало — 14, вода — 8, борошно — 10, яйце — 1/4 шт., масло вершкове — 10. Вихід, г — 255.

Крученики по-кобелякськи. Яловичину (бічна або внутрішня частина задньої ноги) нарізають на порції, відбивають, натирають часником, посипають сіллю, перцем і кладуть шматочки сала й рубані яйця. М'ясо звертають рулетиком, перев'язують ниткою, обвалюють у борошні, обсмажують із двох сторін, кладуть у сотейник, заливають бульйоном і сметаною й тушкують до готовності. Наприкінці тушкування додають спеції. Подають із тушкованою картоплею й овочами, видаливши нитку.

Кількість продуктів, г: яловичина — 125, маргарин — 7, борошно — 4, сало свиняче — 21, яйце— 1/2 шт., часник — 3, сметана — 37, масло вершкове — 3, бульйон — 5. Вихід, г — 125/75.

Печеня апетитна. Підготовленого птаха рубають на порціонні шматки й обсмажують. Картоплю натирають на тертці, з'єднують із пасерованою цибулею (половина норми), яйцем, сіллю, перцем, борошном, формують биточки й обсмажують на сковороді з добре розігрітим жиром. Обсмажені шматки птаха й картопляні биточки посипають пасерованою цибулею, кладуть у горщик, заливають бульйоном і тушкують до готовності в духовій шафі.

Кількість продуктів, г: кури — 142 або качки — 172, або гусаки — 179, маргарин — 15, цибуля — 24, картопля — 300, борошно пшенична — 20, яйце — 1/4 шт. Вихід, г — 275.

Котлета «Новинка». М'ясо пропускають через м'ясорубку, додають пасеровану цибулю, солять, посипають перцем і ще два рази пропускають через м'ясорубку. Масу вибивають, надають овальної форми, на середину укладають, шматочок вершкового масла у формі сигари, защипують краї й надають форму довгастої котлети. Котлети вмочають у рідке тісто й смажать у фритюрі до утворення рум'яної скоринки. Доводять до готовності в жарочній шафі.

Кількість продуктів, г: свинина — 83, яловичина — 86, цибуля ріпчаста — 29, маргарин столовий — 4. Для тіста: борошно — 24, яйце — 1/4 шт., вода або молоко — 50. Вихід, г — 100.

Сальник. Гречану крупу відварюють до напівготовності. Печінку яловичу обсмажують разом з цибулею, потім пропускають через м'ясорубку разом з кашею. До цієї маси додають основний червоний соус, сметану, перець, складають у сотейник і припускають. Сальник подають гарячим.

Кількість продуктів, г: печінка — 80, цибуля — 20, сметана — 15, гречка — 15, соус — 50. Вихід, г — 100.

Биточки «Дніпро». М'ясо пропускають два рази через м'ясорубку з додаванням хліба, замоченого в молоці, Котлетну масу добре вимішують, додають молоко, сіль, перець. Для фаршу: варений яєчний білок рубають із зеленню й з'єднують із твердим вершковим маслом. З котлетної маси роблять корж, на який кладуть фарш, звертають і надають форму биточка. Панірують у борошні, л'єзоні й білому паніруванні, смажать у фритюрі. Подають зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: свинина— 70, хліб пшеничний — 10, молоко — 15, масло вершкове — 20, яйце (білок)— 25, зелень кропу, петрушки — 9, яйце — 28, жир для смаження — 10, борошно — 6, біле панірування — 15. Вихід, г — 125.

Ковбаски дніпровські. М'ясо пропускають через м'ясорубку з цибулею, заправляють часником, сіллю, перцем, добре перемішують. Готовим фаршем наповнюють кишки, роблять ковбаски довжиною 10—12 см, які смажать у жирі.

Кількість продуктів, г: м'ясо (свинина)— 220, цибуля ріпчаста — 30, часник — 3, кишки — 5. Вихід, г — 195.

Котлета «Ювілейна» на крутоні. Ескалоп або свинячу корейку зачищають від жиру й плівок. Посипають сіллю й перцем, на середину кладуть фарш, загортають, змочують у яйці, панірують у білому пані-

руванні, повторюючи цю операцію двічі, і смажать у фритюрі. Доводять до готовності в духовій шафі. Подають котлету на крутоні, приготовленому з білого хліба, зі складним гарніром. Фарш: печінку відварюють, заправляють пасерованою цибулею, пропускають через паштетні ґрати, заправляють сіллю, перцем.

Кількість продуктів, г: свинина — 100, печінка — 51, цибуля ріпчаста — 10, маргарин — 3, яйце — 1/2 шт., хліб — 25, жир для фритюру — 46. Для крутона: хліб — 50, маргарин — 10, яйце — 1/2 шт., гірчиця — 5. Вихід, г — 100/60.

Крученики дніпровські. М'ясо задньої частини нарізають порціонними шматками, відбивають, посипають перцем, сіллю. Для фаршу: м'ясо пропускають через м'ясорубку, з'єднують із вареним дрібно нарубаним яйцем, пасерованою цибулею, солять, перчать, добре вимішують. Фарш укладають на відбите м'ясо, загортають у вигляді ковбасок, панірують у борошні, обсмажують. Укладають у сотейник, додають томат, коріння, сметану, бульйон і тушкують до готовності. При подачі поливають соусом, у якому вони тушкувалися. На гарнір подають картопляне пюре або гречану кашу.

Кількість продуктів, г: свинина — 62, яйце — 1/4 шт., жир — 10, цибуля — 20, борошно — 2, свинина для фаршу — 30, соус — червоний сметанний — 50. Вихід, г — 90/50.

Котлета «Металург». Баранину пропускають через м'ясорубку, у фарш додають пасеровану цибулю, яйце, сіль, перець і вдруге пропускають через паштетні ґрати. Фарш добре вибивають із додаванням води. Формують у вигляді котлет, панірують у сухарях. Обсмажують основним способом.

Кількість продуктів, г: баранина — 134, яйце — 1/10 шт., сухарі— 12, маргарин— 12, зелень— 1. Вихід, г — 100.

Голубці дніпровські. Свинячу корейку відбивають, солять, перчать, фаршируют, загортають у вигляді голубця, зав'язують ниткою й обсмажують 10— 15 хв, заливають червоним соусом і тушкують до готовності. Для фаршу: дрібно нарізану капусту, цибулю, моркву тушкують, заправляють сіллю, перцем, зеленню. Перед подачею нитки видаляють.

Кількість продуктів, г: свинина — 100, сметана — 7, капуста свіжа — 100, морква — 5, цибуля ріпчаста — 20, маргарин — 15, борошно — 10, томат — 10, зелень — 10. Вихід, г — 150/75.

Шніцель по-нижньодніпровськи. У пропущене через м'ясорубку м'ясо додають молоко, спеції й добре вимішують. Обробляють на порції, змочують у яйцях, панірують у борошні, обсмажують. Подають шніцель зі смаженою картоплею й складним гарніром, поливши вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: свинина — 55, яйце — 1/2 шт., молоко — 10, борошно — 3, масло вершкове — 5, маргарин — 5. Вихід, г — 70.

Хлібці по-криворіжськи. Свинину й філе тріски пропускають через м'ясорубку. В отриману масу додають сіль, рубану цибулю, часник, 2/3 покладених по нормі яєць, чорний перець. Масу добре збивають і формують хлібці овальної форми по 500—600 г. Укладають на лист, змазують яйцем, випікають у духовій шафі до готовності. Подають як у гарячому, так і в холодному вигляді, порізавши на порціонні шматки.

Кількість продуктів, г: свинина — 65, філе тріски — 58, цибуля ріпчаста — 10, яйце — 1/4 шт., часник — 10, жир — 3. Вихід, г — 100.

Рулетики по-дніпропетровськи. М'ясо відбивають по два шматочка на порцію, солять і перчать, змазують злегка гірчицею й витримують протягом години. Потім на середину укладають фарш, загортають рулетиком і обсмажують. Для фаршу: солоні огірки очищають, ріжуть кубиками, бланшируют, з'єднують із пасерованою цибулею. Обсмажені рулетики заливають основним червоним соусом, додають огірковий розсіл і тушкують до готовності.

Кількість продуктів, г: свинина — 81, огірки солоні — 47, гірчиця — 5, жир свинячий — 5, соус червоний основний — 50, розсол — 10. Вихід, г — 80/50/гарнір.

Котлета «Ромашка». М'ясо, сало й цибулю пропускають через, м'ясорубку двічі. У готову масу додають сметану, солять, ретельно вимішують і формують котлету. Змочують у яйці, панірують у сухарях, повторюючи операцію двічі, вставляють кісточку й смажать у фритюрі. На кісточку надягають папільйотку, із сиру голландського роблять квітку ромашки. На гарнір подають крокети з картоплі.

Кількість продуктів, г: яловичина — 154, сало — 17, цибуля ріпчаста — 15, сметана — 5, сир голландський — 15, яйце — 1/10 шт., сухарі — 15, олія рослинна — 12, масло вершкове — 5. Для крокетів: картопля — 200, яйце — 1/5 шт., молоко — 30, олія рослинна — 17, сухарі — 12. Вихід, г — 120/150.

Шніцель павлоградський. М'ясо пропускають через м'ясорубку двічі, додають молоко, яйця, сіль, перець, часник, пасеровану цибулю, добре вимішують. Напівфабрикату надають овальної форми, панірують у л'єзоні й борошні, смажать у жарочній шафі. Подають зі складним гарніром, зверху укладають зелене масло.

Кількість продуктів, г: свинина — 95, яйце — 1 шт., молоко — 7, борошно — 10, олія рослинна — 10, масло вершкове — 10, зелень — 10. Вихід, г — 75/15.

Котлети з курятини з цвітною капустою. Цвітну капусту ошпарюють. Куряче м'ясо пропускають через м'ясорубку разом з капустою, додають сіль, дрібно нарізану ріпчасту цибулю. Масу добре вимішують, формують котлети, змочують у яйці, панірують у білому паніруванні, обсмажують основним способом. Подають зі смаженою картоплею й зеленим горошком.

Кількість продуктів, г: курка — 184, капуста цвітна — 46, цибуля — 12, маргарин — 10, яйце — 1/4 шт., хліб пшеничний (для панірування) — 20, масло вершкове — 5. Вихід, г — 110.

Зрази «Верешиця». Яловичину нарізають порціонними шматками, злегка відбивають, солять, намазують гірчицею. Зверху викладають нарізане смужками сало, скибочки солоних огірків, посипають перцем і згортають трубочкою, заколовши краї шпажкою. Обсмажують, заливають сметанним соусом і тушкують до готовності. Подають із комбінованим овочевим гарніром і соусом, у якому вони тушкувалися.

Кількість продуктів, г: яловичина — 169, гірчиця — 5, сало — 15, огірок солоний — 25, маргарин — 7, соус сметанний — 75. Вихід, г — 125/50.

Свинина фаршированa. Корейку або окіст нарізають по два шматка на порцію, відбивають, солять, перчать. Для фаршу: яйця збивають із сіллю, додають дрібно нарізану цибулю і випікають два омлети. На одну відбивну укладають два омлети, між якими прокладена скибочка сиру, накривають іншою відбивною, обвалюють у борошні й збитих яйцях і смажать у фритюрі. При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: свинина — 173, яйце — 1 шт., цибуля — 19, маргарин — 5, сир — 10, борошно — 6, яйце — 1/2 шт., жир — 16. Вихід, г — 150.

Завиванець по-березнянськи. Порціонні шматки телятини відбивають, посипають перцем, змазують гірчицею. Зверху укладають ковбасний фарш, кружечок солоного огірка й кільця цибулі. Усе загорта-

ють, перев'язують ниткою, обсмажують. Потім припускають у бульйоні до готовності, додавши лавровий лист. При подачі поливають соком, у якому завиванець припускався.

Кількість продуктів, г: телятина — 241, фарш ковбасний — 50, огірок солоний — 20, цибуля — 14, гірчиця — 5, жир — 10, бульйон — 100. Вихід, г — 150/30.

Котлета «Човник». Корейку або окіст нарізають, відбивають, солять, перчать. Для фаршу: гриби відварюють, дрібно нарізають, обсмажують разом з цибулею. Фарш викладають на відбитий шматок м'яса, кінці якого з'єднують, надаючи виробу форму човника (за допомогою дерев'яних, шпажок). Обсмажують, доводять до готовності в духовці. При подачі зверху на гриби укладають кружечок вареного яйця.

Кількість продуктів, г: свинина — 178, гриби свіжі — 80 або сушені — 20, цибуля — 19, маргарин — 7, жир — 16, яйце — 1/6 шт. Вихід, г — 150.

Ковбаски лубенські. Свинину пропускають через м'ясорубку. Цибулю пасерують до золотавих кольорів, додають збите із сіллю яйце й смажать до загуснення. Вихолоджують, рубають ножем і змішують із фаршем, додавши шматочки масла. Формують невеликі ковбаски, панірують їх у борошні й смажать до готовності.

Кількість продуктів, г: свинина — 173, яйце — 1/4 шт., цибуля — 19, маргарин — 7, масло вершкове — 25, борошно — 8, жир — 10. Вихід, г — 150.

Філе по-яворицьки. Свинину нарізають порціонними шматками, солять, перчать. Обсмажують до золотавих кольорів. Цибулю, нарізану кільцями, пасерують до напівготовності. Шпик відбивають, надавши йому овальної форми, зверху укладають м'ясо, на нього — цибулю і часник. Запікають у духовці, збризкавши маслом.

Кількість продуктів, г: свинина — 173, шпик — 20, цибуля — 40, маргарин — 10, часник — 2, масло вершкове — 10. Вихід, г — 150.

М'ясо в капусті. Свинину пропускають через м'ясорубку, разом із замоченим у воді хлібом. Додають сіль, перець, збивають. Формують кружечки товщиною 1 см. На середину укладають фарш із суміші дрібно нарізаних цибулі, вареного яйця, зелені й сухарів. Краю з'єднують, загортають в ошпарений капустяний лист, панірують, смажать.

Кількість продуктів, г: свинина — 173, хліб — 23, листи капусти — 20, цибуля — 42, яйце — 1/3 шт., зелень петрушки — 10, сухарі — 16, жир — 10. Вихід, г — 150.

Котлета «Загадка». М'якоть птаха пропускають через м'ясорубку, додають молоко, сіль, ретельно перемішують. З фаршу формують котлети овальної форми й обсмажують. У картопляне пюре додають сире яйце, вимішують і формують коржа. Корж посипають зеленню, на середину укладають підготовлену котлету. Кінці коржів защипують, надаючи форму сигари, панірують у подвійному паніруванні. Обсмажують у фритюрі до утворення рум'яної скоринки. На розігріту тарілку укладають дві котлети й букетом підготовлені овочі.

Кількість продуктів, г: м'ясо куряче — 285, молоко — 20, картопля — 200, яйце — 1 шт., борошно — 10, сухарі — 16, жир — 17, на гарнір: солоні огірки — 20, солоні помідори — 20, морква варена — 20, буряк тушкований — 20, зелений горошок — 10. Вихід, г — 370.

М'ясо-рибний рулет. М'ясо грудинки звільняють від реберних костей, відбивають, солять, перчать. Судак обробляють на чисте філе, відбивають, укладають на грудинку, додають здрібнений часник. Згортають рулетом і тушкують у бульйоні в жарочній шафі, перевертаючи. Переді подачею нарізають на порції.

Кількість продуктів, г: свинина — 86, судак — 157, часник — 7. Вихід, г — 100.

Котлета в тісті. М'ясо пропускають два рази через м'ясорубку, заправляють сіллю, перцем, додають молоко й добре вимішують до утворення однорідної маси. З готового фаршу роблять котлети, панірують у борошні й обсмажують до напівготовності. З борошна, яйця й молока готують тісто кляр. Котлети опускають у тісто й смажать у фритюрі до утворення рум'яної скоринки. Подають по 3 шт. на порцію.

Кількість продуктів, г: свинина — 41, яловичина — 35, молоко — 15, борошно — 6, жир — 6. Вихід, г — 125.

Шашлик «Ювілейний». М'ясо пропускають два рази через м'ясорубку, заправляють сіллю, перцем, додають воду й добре вимішують. З фаршу формують кульки, з розрахунку 6 шт. на порцію, панірують у борошні, наколюють на шпажки упереміж з цибулею і смажать у жирі. Шашлик подають зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: свинина — 20, яловичина — 55, жир пряжений — 7, масло вершкове — 5, цибуля — 20, борошно — 6. Вихід, г — 75.

Биточки «Асторія». М'ясо пропускають два рази через паштетні ґрати разом із хлібом, перчать, солять, вимішують до однорідної маси. Для фаршу: очищені від шкірки й насіннячок солоні огірки нарізають дрібними кубиками, бланширують і тушкують разом з цибулею, нарізаною також дрібними кубиками. Заправляють сметаною з додаванням рубаного яйця. Биточки фаршірують підготовленим фаршем, панірують у білому паніруванні й смажать основним способом. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: яловичина — 180, хліб — 15, яйце — 1/4 шт., маргарин — 12, огірки солоні — 25, цибуля ріпчаста — 30, сметана — 10. Вихід, г — 100.

Котлета оригінальна. Сирі овочі присмажують зі шпиком, додають печінку, нарізану кубиками, спеції, доводять до готовності. Два рази пропускають через м'ясорубку із частими ґратами. Готовий паштет охолоджують, обробляють на коржі, на середину яких укладають вершкове масло, сформоване у вигляді огірочка й попередньо охолоджене. Формують котлету овальної форми. Панірують у борошні, л'єзоне, сухарях, смажать у фритюрі. Подають по дві штуки на порцію зі складним гарніром, прикрашають зеленню.

Кількість продуктів, г: печінка яловича — 84, масло вершкове — 50, шпик — 15, цибуля ріпчаста — 12, морква — 9, яйце — 1/3 шт., молоко — 5, хліб білий — 25, жир — 30. Вихід, г — 150.

Печеня мисливська. Порціонні шматки яловичини або свинини тушкують із додаванням коренів і спецій до готовності. Очищену картоплю нарізають великими часточками, присмажують до золотавих кольорів і доводять до готовності в духовій шафі. У готову картоплю кладуть м'ясо й посипають товченим часником і зеленню кропу або петрушки.

Кількість продуктів, г: яловичина — 161, морква — 4, цибуля ріпчаста — 4, картопля — 290, олія рослинна — 15, часник — 6, зелень — 6. Вихід, г — 75/160.

Ковбаски свинячі з гарніром. М'ясо пропускають через м'ясорубку, сало нарізають дрібними кубиками, часник дрібно рубають. Фарш з'єднують із салом і часником, додають сіль, перець, добре вимішують, обробляють на ковбаски, обкатують у борошні й смажать основним способом.

Кількість продуктів, г: свинина — 129, сало свиняче — 14, маргарин — 10, борошно — 4, часник — 2. Вихід, г — 80.

Котлета дніпропетровська. М'ясо пропускають два рази через м'ясорубку, додають сіль, спеції, розкидають на порції, надають форму коржів, фарширують паштетом з печінки, панірують у борошні, потім л'єзоні й у білому паніруванні. Смажать у фритюрі. При подачі гарнірують смаженою картоплею, зеленим горошком.

Кількість продуктів, г: свинина — 60, яйце — 1/7 шт., хліб білий — 13, олія рослинна — 13, паштет з печінки — 20. Для паштету: печінка яловича — 18, масло вершкове — 2, сало — 2, цибуля ріпчаста — 15. Вихід, г — 75.

Крученики «Ювілейні». Яловичину відбивають, солять, перчать, посипають тертим часником, скручують у вигляді ковбасок, обсмажують основним способом. Окремо готують сметанний соус. Обсмажені ковбаски заливають сметанним соусом і тушкують до готовності. Подають по дві штуки на порцію, на гарнір — тушковану капусту.

Кількість продуктів, г: яловичина — 83, часник — 3, борошно— 8, сметана— 30. Вихід, г— 75/75/190.

Яловичий рулет з яйцем. На змочену водою серветку розкладають котлетну масу рівним шаром товщиною 1,5—2 см, зверху посипають рубленими крутими яйцями. Краї серветки з'єднують так, щоб один край котлетної маси заходив на інший і скачують виріб із серветки на ґрати парової коробки. На рулеті роблять два, три проколи, закривають кришкою й варять на парі 20—25 хв. Готовий рулет нарізають на порції. Подають із гарніром (картопляне або морквяне пюре, кабачки тушковані в маслі).

Кількість продуктів, г: яловичина — 85, хліб — 13, молоко — 19, яйце — 2/3 шт., масло вершкове — 3. Вихід, г — 100/гарнір.

Биточки курячі. Куряче філе пропускають через м'ясорубку два рази, потім фарш заправляють спеціями, добре вимішують і розкладають на коржі товщиною 5 см. На середину кожного коржа кладуть фарш із рубаного вареного яйця й пасерованої цибулі, надають форму биточка, панірують у тертій булці. Обсмажують у вершковому маслі. Подають зі складним овочевим гарніром.

Кількість продуктів, г: кури I категорії — 200, яйце — 1 шт., цибуля ріпчаста — 5, масло вершкове — 26, булка — 15. Вихід, г — 180.

Котлета куряча. Філе курки з кісточкою злегка відбивають, начиняють фаршем, змочують у яйцях, панірують у білому паніруванні, повторюють цю операцію двічі й смажать у фритюрі. Подають зі склад-

ним гарніром. Для фаршу: варене яйце дрібно рубають, окремо збивають вершкове масло з коньяком і з'єднують із рубленим яйцем.

Кількість продуктів, г: кури I категорії — 200, яйце — 1/2 шт., масло вершкове — 30, коньяк — /, булка — 15. Вихід, г — 185.

Котлета бараняча. Баранячу корейку нарізають на порції, відбивають злегка, фарширують, змочують у яйцях, панірують у білому паніруванні й смажать у фритюрі. Для фаршу: капусту й цибулю обсмажують на вершковому маслі. Подають зі складним овочевим гарніром.

Кількість продуктів, г: баранина — 95, капуста свіжа — 50, яйце — 1/2 шт., масло вершкове — 16, цибуля ріпчаста — 5, булка — 15, маргарин — 19. Вихід, г — 160.

Котлета з печінки. Печінку нарізають порціонними шматками, злегка відбивають, солять, перчать, фарширують рубленим яйцем, змішаним з пасерованою на салі цибулею. Виріб загортають, надають форму котлети, панірують, смажать у фритюрі. Подають із картопляним пюре й зеленим горошком.

Кількість продуктів, г: печінка — 65, цибуля ріпчаста — 15, сало свиняче — 20, маргарин — 20, сухарі — 10, яйце — 1/4 шт., борошно — 5, зелень — 5. Вихід, г — 100 / гарнір.

Биточки соковиті. М'ясо пропускають через м'ясорубку. У м'ясний фарш додають перець, сіль. Фарш розкладають у вигляді коржів товщиною 0,5 см. На середину укладають охолоджене вершкове масло по 5 г, потім виробам надають форму биточка. Смажать основним способом. Подають по дві штуки на порцію зі складним гарніром, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яловичина — 106, масло вершкове — 10, картопля — 200, зелений горошок — 20, маргарин — 15, цибуля ріпчаста — 10. Вихід, г — 2/75/130/20.

Крученики по-домашньому. М'ясо нарізають тонкими скибочками і відбивають, солять, перчать. Тушковану капусту змішують із рубленим яйцем і смаженою цибулею. Фарш укладають на підготовлене м'ясо, загортають, панірують у борошні й обсмажують. Обсмажені крученики укладають у сотейник, заливають бульйоном і тушкують. Наприкінці додають сметанний соус із томатом і доводять до готовності. Подають крученики із соусом, у якому вони тушкувалися, при цьому посипають рубленою зеленню.

Кількість продуктів, г: капуста свіжа — 200, яйце — 1/6 шт., маргарин — 15, цибуля — 24, свинина — 120, соус сметанний — 75. Вихід, г — 180/75.

Свинина з овочами. М'ясо нарізають порціонними шматками, відбивають, солять, перчать, обсмажують. Капусту нарізають шашками, картоплю й моркву часточками, цибулю великими кільцями й обсмажують на салі. У сотейник укладають обсмажене сало, підготовлені овочі і м'ясо, потім ще шар овочів. Заливають сметанним соусом і тушкують у духовій шафі до готовності. При подачі страву оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: свинина — 75, картопля — 150, борошно — 5, капуста — 140, зелений горошок — 10, цибуля ріпчаста — 24, пюре — 5, морква — 30, сметана — 20, масло вершкове — 10, сало — 10. Вихід, г — 230/50.

Котлети, фаршировані гречаною кашею. Готують м'ясний фарш, солять, перчать, добре вимішують, обробляють на коржі, на середину яких укладають фарш із гречаної каші. Краї з'єднують, потім змочують котлети у яйцях, панірують у білому паніруванні й смажать у фритюрі. Подають по дві штуки на порцію, оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: свинина — 60, яйце — 1/10 шт., гречана крупа — 30, масло вершкове — 2, сухарі панірувальні — 3, жир — 6. Вихід, г — 100.

М'ясна паличка. Підготовлений м'ясний фарш вимішують, обробляють у вигляді паличок, змочують у яйцях, панірують у білому паніруванні й смажать у фритюрі. Подають по дві штуки на порцію з картопляним пюре, оформляють зеленню.

Кількість продуктів, г: яловичина — 25, свинина — 25, сухарі панірувальні — 3, яйце — 1/10 шт., жир — 10. Вихід, г — 50.

М'ясна запіканка з овочами. Овочі (картопля, морква, солодкий перець) нарізають скибочками, капусту — невеликими шматками й обсмажують. Окремо обсмажують м'ясо, потім з'єднують овочі з м'ясом, додають зелений горошок, пюре й тушкують до готовності. На змазаний жиром лист викладають овочі й м'ясо шаром 5—6 см, зверху заливають збитими яйцями з молоком і запікають у духовій шафі. При подачі нарізають на порціонні шматки.

Кількість продуктів, г: свинина — 83, картопля — 100, морква — 41, капуста свіжа — 50, перець солодкий — 10, цибуля — 24, яйце — 1/4 шт., молоко — 30, жир — 10, зелений горошок — 10, пюре — 10. Вихід, г— 200/50.

Котлета «Аматорська». Підготовлену котлетну масу фарширують смаженим шпиком з цибулею, надають форму котлети, панірують у сухарях і смажать у фритюрі. Подають із картопляним пюре.

Кількість продуктів, г: яловичина — 37, хліб — 9, сухарі панірувальні — 5, маргарин — 3, шпик — 10, цибуля ріпчаста — 5. Вихід, г — 60.

Котлета «Студентська». Котлетну масу обробляють у вигляді коржа, фаршируют шматочком маргарину, панірують у сухарях, надаючи овальної форми, обсмажують основним способом. Доводять до готовності в духовій шафі протягом 2—3 хвилин. Подають із картопляним пюре або будь-яким гарніром без соусу.

Кількість продуктів, г: яловичина — 100 або свинина — 87, хліб пшеничний — 18, молоко або вода — 22, сухарі панірувальні — 12, жир для смаження — 5, маргарин — 10. Вихід, г — 110.

Крокети «Їжачок». М'ясо (свинину або яловичину) пропускають через м'ясорубку, солять, перчать і ретельно перемішують, після чого з отриманої маси роблять коржа, фарширують, надають форму кульок, змочують у яйцях, потім панірують у білому паніруванні (булка нарізається соломкою). Для фаршу: капусту відварюють, дрібно рубають із вершковим маслом, огірки солоні очищають, видаляють зерна, натирають на тертці, віджимають сік, після чого з'єднують із капустою, зеленню петрушки. Страву гарнірують картопляним пюре, огірком, зеленим горошком. Оформляють зеленню петрушки.

Кількість продуктів, г: яловичина — 43, свинина — 41, цибуля ріпчаста — 25, сухарі панірувальні — 5, булка міська — 10, яйце — 1/2 шт., олія рослинна — 30, капуста свіжа — 102, огірок солоний — 60, масло вершкове — 15, зелений горошок — 31, зелень — 5. Вихід, г — 200.

Січеники фаршировані. Свинину пропускають через м'ясорубку, додають сіль, перець, хліб, замочений у молоці, яйце. Добре перемішують, пропускають через м'ясорубку вдруге. Обробляють на коржі, які фарширують, змазують у яйці, панірують у білому паніруванні й смажать у фритюрі. Для фаршу: печінку нарізають на шматочки, обсмажують із цибулею, морквою, петрушкою, пропускають через м'ясорубку.

Кількість продуктів, г: хліб — 20, масло вершкове — 10, свинина — 153, яйце — 1/5 шт., печінка — 15, цибуля ріпчаста — 6, морква — 6, петрушка — 3, шпик — 10, маргарин — 15, сухарі — 12. Вихід, г — 100.

М'ясо в пікантному соусі. М'ясо від товстого або тонкого краю або внутрішньої частини задньої ноги нарізають на порціонні шматки, злегка відбивають, солять, присмажують. Для приготування соусу використовують соус-пасту з додаванням родзинок і моркви. При подачі поливають соусом, гарнірують смаженою картоплею, помідорами, прикрашають зеленню.

Кількість продуктів, г: яловичина — 149, маргарин — 5, соус-паста — 27,5, родзинки — 10, морква — 12,5. Вихід, г — 75/35.

Пульпети. М'ясо й цибулю пропускають через м'ясорубку два рази. У готову масу додають яйце, молоко, ретельно вимішують, обробляють на порції, надаючи овальної форми, л'єзонять, панірують у сухарях і смажать у фритюрі. Подають по дві штуки, на гарнір — смажена картопля.

Кількість продуктів, г: свинина — 130, молоко — 20, яйця — 1/10 шт., сухарі — 15, цибуля ріпчаста — 12, жир — 12, яйце — 1/2 шт. Вихід, г — 100.

Зрази закусочні. М'ясо пропускають через м'ясорубку двічі, додають молоко, сіль, перець, добре вимішують, обробляють на коржі овальної форми. На середину коржа кладуть фарш, защипують краї, надають форму котлети, змочують у яйці, панірують у сухарях і обсмажують у фритюрі. Для фаршу: припущенну печінку дрібно нарізають, додають солоні огірки, нарізані кубиками, пасеровану цибулю, гірчицю. Подають зі смаженою картоплею й овочами.

Кількість продуктів, г: свинина — 116, сухарі — 15, яйце — 1/10 шт., жир — 12, зелень — 5; для фаршу: цибуля — 20, огірки солоні — 12, печінка — 22, гірчиця — 2, маргарин — 5. Вихід, г — 100.

Ковбасний паштет з печінки. Печінку яловичу нарізають кубиками, обсмажують на листі до утворення золотавої скоринки, з'єднують із пасерованими овочами й шпиком, заливають бульйоном і тушкують до готовності. Масу пропускають через м'ясорубку два рази, потім протирають на ситі, додають вершкове масло, сіль, перець. З отриманої маси формують ковбаски й запікають у духовій шафі 5—10 хв. Охолоджують. Вершкове масло розм'якшують на дошці до однорідної консистенції. Пергаментний папір нарізають по довжині й діаметру ковбаски. Змочують папір водою, кладуть на неї вершкове масло й ножем розрівнюють поверхню однакової товщини. Ставлять у холодильник на 10—15 хв. Потім на підготовлене масло кладуть остиглі ковбаски й загортають. Зовнішній вигляд виробу нагадує сир ковбасний.

Кількість продуктів, г: печінка яловича — 45, масло вершкове — 5, шпик — 6, цибуля ріпчаста — 4, морква — 5, бульйон — 10, вершкове масло — 40. Вихід, г — 100.

Котлета «Рось». Порціонний шматок м'яса нарізають із корейки або окосту, злегка відбивають. Шматок м'яса товщиною 1 см формують коржем, солять, посипають меленим чорним перцем. На середину коржа кладуть фарш, краї з'єднують, л'єзонять, панірують у пшеничних сухарях, надаючи виробу овальної форми. Смажать основним способом. Для приготування фаршу відварюють печінку, пропускають через м'ясорубку, з'єднують із вершковим маслом. Подають виріб з гарніром, поливають часниковим соусом, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: свинина — 129, сало пряжене — 15, сухарі — 15, яйце — 1/6 шт.; для фаршу: печінка — 13, масло вершкове — 10, соус часниковий — 50. Вихід із соусом, г — 315.

Свинина, яловичина в клярі. М'ясо відварюють до напівготовності, нарізають брусочками товщиною 1 см і довжиною 5—6 см. Наготовлюють рідке тісто— кляр. М'ясо опускають у тісто й смажать у жирі, доводять до готовності в жарочній шафі.

Кількість продуктів, г: свинина — 147 або яловичина — 164; тісто: борошно — 30, яйце — 3/4 шт., молоко — 30, олія рослинна — 4, гідрожир — 15. Вихід, г — 155,

Котлета фарширована. Порціонні шматки, нарізані з вирізки, відбивають до товщини 1—1,5 мм у вигляді коржа, на середину якого кладуть фарш — дрібно порубану пасеровану цибулю, круті яйця, гриби. До коржа приставляють із одного краю добре зачищену кісточку й однією стороною коржа накривають фарш, надають форму котлети. Змочують у яйцях, панірують у борошні й смажать. Обсмажені котлети укладають у сотейник, заливають соусом червоним і тушкують до готовності. Подають котлети фаршировані зі смаженою картоплею й поливають соусом, у якому вони тушкувалися.

Кількість продуктів, г: яловичина (вирізка)— 161, молоко — 10, яйце — 1/7 шт., маргарин — 5; фарш: цибуля ріпчаста — 14, гриби сушені — 5, яйце — 1/3 шт., маргарин — 5, борошно — 7. Вихід, г — 50.

Котлета «Супой». На тонко відбиті шматки м'яса кладуть шматочки вершкового масла, згортають і надають овальної форми, змочують у л'єзоні й панірують у білому паніруванні, повторюючи цю операцію двічі. Смажать у фритюрі. Подають зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: яловичина — 169, масло вершкове — 30, яйце— 1/4 шт., сухарі (хліб пшеничний) — 25, жир свинячий — 15. Вихід, г — 150.

Котлета «Мрія». Підготовлене м'ясо пропускають через м'ясорубку. З маси формують кружечки товщиною 1 см, на середину кладуть масло вершкове. Після цього краї кружків з'єднують, надають овальної форму, змочують у л'єзоні, панірують у сухарях, смажать у фритюрі й подають зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: яловичина — 60, свинина — 64, масло вершкове — 20, сухарі — 16, яйце — 1/3 шт., олія рослинна — 20. Вихід, г — 120.

Крокети м'ясні. Підготовлене рубане м'ясо обробляють у вигляді кульок, змочують у л'єзоні, панірують у борошні й смажать у фритюрі. Подають крокети м'ясні по 4 шт. на порцію з картоплею смаженою у фритюрі, маринованою цибулею і солоним огірком.

Кількість продуктів, г: свинина — 95, вода — 7, яйце— 1/10 шт., борошно— 10, жир— 16. Вихід, г— 75.

Зрази по-чорнобаєвськи. Корейку відбивають, солять, перчать і натирають часником. На середину укладають фарш, панірують у подвійному паніруванні, смажать у фритюрі. Фарш: шпик, картопля, морква, цибуля — нарізають дрібними кубиками й обсмажують основним способом. В остиглий фарш додають товчений часник. Подають зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: свинина — 172, шпик — 20, морква — 13, картопля — 20, цибуля — 6, сухарі — 10, яйце — 1/2 шт., олія рослинна — 10, борошно — 10, часник — 6, жир — 25. Вихід, г — 150.

Ковбаски мірошника. М'ясо пропускають два рази через м'ясорубку, додають здрібнене сало, часник, сіль, мелений перець, перемішують і готують ковбаски. Панірують у борошні, смажать. Укладають у сотейник і заливають червоним основним соусом і тушкують до готовності. Подають ковбаски зі складним гарніром і поливають соусом, у якому вони тушкувалися.

Кількість продуктів, г: свинина — 54, яловичина — 52, сало — 20, часник — 10, борошно — 5, маргарин — 7, соус — 50. Вихід із соусом, г — 75/50.

Крученики із чорносливом. Яловичину нарізають тонкими скибочками, відбивають, солять і посипають перцем, змазують гірчичним заправкам. Капусту тушкують, змішують із дрібно рубленим вареним яйцем. Фарш укладають на кожний шматочок м'яса, загортають, панірують у борошні й обсмажують. Обсмажені крученики складають у сотейник, на них кладуть тонкі шматочки шпику, заливають бульйоном і тушкують. За 10 хв до кінця тушкування додають чорнослив, а наприкінці тушкування — сметану. Подають із соусом, у якому вони тушкувалися.

Кількість продуктів, г: яловичина — 112, капуста свіжа — 183, яйце — 1/2 шт., сало свиняче — 5, шпик — 20, бульйон — 50, борошно — 5, цибуля ріпчаста — 12, томат — 10, оцет 9 % — 5, цукор— 3, сметана— 10, чорнослив— 10, гірчична заправка — 3. Вихід, г — 235.

Печеня по-шполянськи. Яловичину обсмажують до утворення рум'яної скоринки, кладуть у сотейник, додають пасеровану цибулю, борошно, томат-пюре, заливають бульйоном і тушкують до готовності, додають перець, лавровий лист, сіль. Із дріжджового тіста печуть пиріжки з картоплею круглої форми. При подачі кладуть на тарілку 3 пиріжки на порцію, зверху кладуть м'ясо й заливають соусом червоним основним.

Кількість продуктів, г: яловичина — 169, цибуля ріпчаста — 50, жир пряжений — 15, томат-пюре — 10, борошно — 2; для пиріжків: борошно — 60, цукор — 4, маргарин — 5, дріжджі — 2; для фаршу: картопля — 33, цибуля — 18, олія рослинна — 10; соус — 75. Вихід, г — 75/150/75.

Свинина домашня. М'ясо нарізають кубиками по 30—40 г, смажать до готовності, наприкінці смаження додають цибулю. Смажать яєчню натуральну. Подають свіжину домашню з яєчнею й гарніром.

Кількість продуктів, г: м'ясо свиняче — 129, цибуля ріпчаста — 50, яйце — 1 шт., жир — 10. Вихід, г — 75/40.

Завиванець по-кам'янськи. Яловичину пропускають через м'ясорубку, заправляють сіллю, перцем. Свинину нарізають, відбивають. На шматочок свинини кладуть фарш із яловичини, нанизують на шпажку, панірують у борошні, змочують у л'єзоні й знову панірують, обсмажують до готовності й подають із гарніром, свіжими огірками.

Кількість продуктів, г: свинина — 87, яловичина — 45, борошно — 10, часник — 3, олія рослинна — 8, яйце — 1/4 шт. Вихід, г — 100.

М'ясо, запечене під майонезом. Макарони відварюють. М'ясо відварюють і нарізають по два шматочки на порцію. М'ясо кладуть на змазану жиром сковороду, обкладають макаронами, поливають майонезом, посипають сиром, збризкують вершковим маслом і запікають. Подають із огірком солоним, зеленим горошком і консервованими фруктами.

Кількість продуктів, г: м'ясо яловиче — 215, масло вершкове — 10, майонез — 50, сир — 22, макарони — 80, огірки солоні — 29, зелений горошок консервований — 39, фрукти консервовані — 91. Вихід, г — 250.

Рулет «Маяк». Порціонні шматки, нарізані від м'якоті корейки, відбивають до товщини 0,5 см, натирають часником, загортають на кісточку у вигляді рулету, змочують у яйці, панірують у борошні й смажать у фритюрі. Подають зі складним гарніром.

Кількість продуктів, г: свинина — 102, яйце — 1/4 шт., борошно — 10, часник — 5, сало пряжене — 20, масло вершкове — 5. Вихід, г — 80.

Крученики по-лисянськи. Філе риби пропускають через м'ясорубку, додають шпик, нарізаний кубиками, пасеровану ріпчасту цибулю, яйця, солять, перчать, вибивають масу. Порціонні шматки корейки відбивають, кладуть рибний фарш, загортають, панірують у подвійному паніруванні 4 (л'єзон, борошно). Смажать основним способом, подають поливаючи вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: свинина — 95, риба хек — 13, шпик — 17, цибуля ріпчаста — 24, яйце — 1/2 шт., борошно — 5, олія рослинна — 10, масло вершкове — 10. Вихід, г— 100/10.

Котлета по-уманськи. Свиняче м'ясо тонко відбивають, кладуть підготовлений фарш, вставляють кісточку, формують котлету у вигляді листка, л'єзонять і панірують у сухарях. Смажать у фритюрі. Для фаршу: пасеровану цибулю, рубане яйце й вершкове масло змішують із білими сухарями.

Кількість продуктів, г: свинина — 102; на фарш: цибуля ріпчаста — 30, яйце — 1/5 шт., вершкове масло — 15, сухарі білі — 10, маргарин — 4, яйце — 1/6 шт., борошно пшеничне — 5, сухарі панірувальні — 10, гідрожир — 15. Вихід, г — 130.

Свинячий рулетик з паштетом. Порціонні шматки окосту розпушують, солять, перчать, маринують 2—3 год із дрібно нарізаною ци-

булею, злегка побризкану оцтом. Потім шматки м'яса фаршірують печінковим паштетом, змішаним із дрібно нарізаним салом, відварним язиком, вареними яйцями, шинкою й ковбасою, заправляють гірчицею або хріном, панірують у борошні, л'єзонять і панірують у сухарях. Смажать у фритюрі або в жарочній шафі при температурі 240—260 °С. При подачі поливають жиром, на якому обсмажувався рулетик, гарнірують складним гарніром.

Кількість продуктів, г: свинина м'ясна — 93; фарш: паштет з печінки — 15, асорті м'ясне: ковбаса напівкопчена — 3, окіст варений — 5, шпик — 3, яйце — 1/10 шт., борошно — 5, сухарі— 15, жир— 10. Вихід, г — 100.

Котлета «Зустріч». Порціонні шматки корейки відбивають, солять, перчать, кладуть фарш із вареного жовтка, розтертого із сіллю, гірчицею, шматочок охолодженого вершкового масла, загортають, надають форму «котлети по-київськи», панірують у борошні, л'єзонять і панірують у білих сухарях. Смажать у фритюрі, подають зі смаженою картоплею, укладаючи котлету на підсмажену скибочку хліба, поливають часниковим соусом.

Кількість продуктів, г: свинина м'ясна — 94, масло вершкове — 20, яйце (жовток) — 1/4 шт., борошно — 5, гірчиця — 3, сухарі — 15, жир — 15, хліб для грінки — 50, соус часниковий — 50. Вихід, г — 100/40/50.

Свинина по-городищенськи. Порціонні шматки корейки відбивають, солять, перчать, обсмажують по обидва боки, заливають соусом маринадом, тушкують. Подають разом із соусом. Гарнір — картопляне пюре.

Кількість продуктів, г: свинина — 93, маргарин — 7, маринад — 75. Вихід, г — 75/75.

Вузлики м'ясні. Яловичину нарізають скибочками, відбивають, солять, перчать, краю рівняють, надаючи форму кружечка, кладуть фарш, приготовлений з курячого м'яса, пропущеного через м'ясорубку із хлібом, замоченим у воді або молоці. У цю масу додають перець, сіль, яйця, вимішують. Потім краї м'яса піднімають нагору, підв'язують ниткою без вузла. Виробу надають форму вузлика. Напівфабрикат обсмажують, потім тушкують із додаванням цибулі, хріну й лаврового листа. При подачі поливають соком, у якому тушкувалися вироби.

Кількість продуктів, г: яловичина — 169, сало пряжене — 7; на фарш: кури II кат.— 58, хліб — 5, молоко — 7, яйце

— 1/10 шт., цибуля ріпчаста — 23, хрін — 20. Вихід, г— 120/20.

Деруни з м'ясом. Картоплю натирають на тертці, додають борошно, окремо готують м'ясний фарш, змішують все разом, формують ложкою коржа й випікають на рослинній олії. При подачі посипають зеленню, можна подавати зі сметаною.

Кількість продуктів, г: картопля — 300, борошно в/ґ — 20, фарш, асорті — 50, цибуля ріпчаста — 24, олія рослинна — 15. Вихід, г — 250.

М'ясна ласуха. М'ясо свиняче (корейка) відбити, посолити, поперчити. Підготовлене м'ясо кладуть на порційну сковороду, змазану вершковим маслом, заливають майонезом зі збитим до однорідної маси яйцем. Доводять до готовності в жарочній шафі, подають на порціонній сковороді.

Кількість продуктів, г: свинина — 129, масло вершкове — 5, майонез — 50, яйце — 1 шт. Вихід, г — 175.

Курчата ароматні. Тушку курчати обробляють і розрубують на чотири частини, відбивають. Готують маринад, для чого використовують сіль, перець, лавровий лист, кріп, рослинну олію. Відбиті частини курчати заливають підготовленим маринадом і залишають у холодильнику на 3—4 год. Замаріновані порціонні шматки смажать у фритюрі, посипають зеленню кропу.

Кількість продуктів, г: курчата — 80, маринад: кріп — 15, олія соняшникова — 10, жир — 25. Вихід, г— 50.

Качка фарширована. З качки знімають шкіру, м'ясо відокремлюють від костей, потрухи миють. Пропускають через м'ясорубку м'ясо качки, підготовлені потрухи, молоду яловичину. У фарш додають пасеровану цибулю, напівготовий рис, сіль, перець, яйце. Підготовлену шкіру качки наповнюють фаршем, розріз зашивають. Смажать у жарочній шафі до готовності. При подачі нарізають на порції.

Кількість продуктів, г: качка — 237, яловичина — 47, рис — 10, цибуля ріпчаста — 20, яйце — 1/2 шт., масло вершкове — 5, сало пряжене — 5. Вихід, г — 200.

Кроль із тушкованою капустою. Підготовлені тушки кролю рубають на порційні шматки, смажать основним способом на вершковому маслі. Капусту очищають, виймають качан, нарізають великими

шашками. Беруть 50 % від усієї кількості цибулі й пасерують. У каструлю кладуть сиру цибулю, перець, лавровий лист, капусту, смаженого кроля, заливають сметаною й тушкують.

Кількість продуктів, г: кроль — 148, масло вершкове — 20, капуста — 159, цибуля ріпчаста — 19, сметана — 40. Вихід, г — 250.

Мазурики. М'ясо пропускають через м'ясорубку. Формують вироби у вигляді ковбасок, змочують у л'єзоні, панірують у борошні й смажать основним способом. Потім укладають у сотейник і припускають у невеликій кількості бульйону. На гарнір подають картопляні пальчики. Їх готують так: у варену протерту картоплю додають яйця, крохмаль, формують пальчики й смажать у фритюрі.

Кількість продуктів, г: свинина — 132, цибуля ріпчаста — 20, яйце — 1/4 шт., борошно — 10, жир — 7, картопля — 265, яйце — 1/4 шт., крохмаль — 20, олія рослинна — 15. Вихід, г — 115/200.

М'ясо відварне з цибулею і сметаною. Варене м'ясо нарізають тонкими скибочками по 2—3 шматочки на порцію, укладають у сотейник, додають смажену цибулю і сметану, доводять до кипіння. Подають із комбінованим гарніром або вареною картоплею.

Кількість продуктів, г: яловичина — 164 або свинина — 147, цибуля — 24, жир — 10, сметана — 50. Вихід, г — 75/60.

Телятина або кролик з рисом. М'ясо нарізають по 2—3 шматочки на порцію, закладають у киплячу підсолену воду, додають нарізану дрібними кубиками цибулю, петрушку й моркву, варять до напівготовності. Кладуть підготовлений рис (рідини повинне бути стільки, щоб рис вийшов розсипчастим) і доводять до готовності. При подачі поливають білим основним соусом.

Кількість продуктів, г: телятина — 177 або кролик — 111, цибуля — 12, морква — 8, петрушка (корінь) — 4, рис — 50, соус білий основний — 75. Вихід, г — 225/75.

Товченики м'ясні. Яловичину два рази пропускають через м'ясорубку, добре перемішують, додають дрібно нарізану цибулю, борошно, сіль, молоко або воду. З отриманої маси формують кульки (по 2 шт. на порцію), відварюють або припускають. Подають із картопляним пюре, поливши вершковим маслом, зверху укладають пасеровану цибулю.

Кількість продуктів, г: яловичина — 68, борошно — 8, цибуля — 4, молоко або вода — 9, масло вершкове — 10, цибуля ріпчаста — 25, маргарин — 10. Вихід, г — 75/10/25.

Битки по-українськи. Свинину нарізають широкими плоскими порціонними шматками, надають форму битків, посипають сіллю, перцем, обсмажують. На дно сотейника укладають скибочки сала, зверху — битки, на них — злегка підсмажену цибулю, заливають бульйоном і тушкують до готовності. Наприкінці тушкування заправляють розтертим часником. При подачі битки з цибулею і салом укладають на скибочки обсмаженого в жирі житнього хліба. Гарнір — тушкована картопля.

Кількість продуктів, г: свинина — 129, жир — 5, сало шпик — 15, цибуля — 30, жир — 5, часник — 2, хліб — 40, жир — 4. Вихід, г — 75/30/25.

Душенина степова. Баранину з кісточками рубають по 2— 3 шматочки на порцію й обсмажують. Цибулю, моркву, петрушку, пастернак нарізають кубиками, додають гвоздику, кмин, імбир, укладають у сотейник разом з м'ясом, доливають водою й тушкують до готовності. Наприкінці тушкування вводять пасероване борошно, розведене бульйоном, перець, лавровий лист. Подають душенину із соусом, отриманим при тушкуванні, зі смаженою або відварною картоплею.

Кількість продуктів, г: баранина (лопатка, грудинка) — 149, борошно — 4, маргарин — 7, морква — 50, цибуля — 30, петрушка (корінь) — 20, гвоздика — 0,05, кмин — 1, імбир — 0,05. Вихід, г — 90/75.

Яловичина, тушкована в сметані. Яловичину великим шматком солять, обсмажують, додають цибулю і корінь, нарізають соломкою й тушкують до готовності. Наприкінці тушкування заправляють перцем, лавровим листом, сметаною. Сік, отриманий при тушкуванні, проціджують, протираючи овочі, і доводять до кипіння. Готове м'ясо нарізають по 2—3 шматочки на порцію, подають із соком і смаженою картоплею або складним гарніром.

Кількість продуктів, г: яловичина — 169, жир — 7, цибуля — 12, морква — 13, петрушка (корінь) — 6, пастернак — 6, сметана — 40. Вихід, г — 75/75.

Яловичина, шпигована часником і салом. Яловичину збризкують оцтом і через 1—1,5 год шпигують часником і салом. Шпиговане м'ясо солять і обсмажують у духовці, періодично поливаючи соком і

жиром, у якому воно смажиться. Потім м'ясо заливають водою або бульйоном і тушкують до готовності. Наприкінці тушкування додають пасероване борошно, розведене бульйоном, пасеровану цибулю, сметану, перець, лавровий лист. Готове м'ясо нарізають по 2—3 шматки на порцію, подають із соусом, у якому воно тушкувалося, і комбінованим гарніром.

Кількість продуктів, г: яловичина — 169, оцет 9 % — 25, часник — 3, шпик — 15, жир — 7, борошно — 3, сметана — 20. Вихід, г — 75/75.

Завиванець по-вужгородськи. Порціонні шматки яловичини відбивають, солять, перчать, укладають на кожний з них 1/4 частини вареного яйця, солоний огірок і сало, нарізане смужками, сирий очищений часник. Усе загортають, перев'язують ниткою, обсмажують і припускають до готовності, додавши лавровий лист. Готовий завиванець звільняють від ниток і при подачі поливають соком, у якому він припускався. Гарнір — комбінований або припущенний рис.

Крученики волинські. Порціонні шматки яловичини відбивають, солять, укладають на них тушковану капусту, загортають, перев'язують ниткою, панірують у борошні й обсмажують. Обсмажені крученики укладають у сотейник, покривають тонкими смужками сала, додають воду й тушкують до готовності. Готові крученики звільняють від ниток і подають із салом і соком, отриманим при тушкуванні.

Кількість продуктів, г: яловичина — 254, капуста білокачанна свіжа — 206, цибуля — 14, пюре — 15, жир— 7, цукор — 1, оцет— 3, борошно пшенична— 7, шпик — 36. Вихід, г — 270/30.

Печеня по-домашньому. Яловичину, свинину або птаха нарізають по 2—3 шматочки на порцію, солять і обсмажують із додаванням пюре. Потім заливають гарячою водою й тушкують до напівготовності. Картоплю нарізають великими кубиками, солять і обсмажують. Нарізану кубиком моркву обсмажують майже до готовності. М'ясо з'єднують із картоплею, морквою, сирою цибулею, нарізаною дрібними кубиками, заливають бульйоном і тушкують. Наприкінці тушкування заправляють перцем, лавровим листом і розтертим часником. Печеню із птаха готують без спецій і часнику. Страву можна готувати з грибами. Варені нарізані гриби (10—15 г на порцію) кладуть разом з картоплею й овочами й заливають грибним бульйоном.

Кількість продуктів, г: яловичина — 161, або свинина — 129, або курка — 142, або індичка — 141, або утоку — 172,

жир — 15, пюре — 15, картопля — 240, цибуля — 18, морква — 25, часник — 2. Вихід, г — 275.

Печеня по-київськи. Дрібну картоплю обсмажують цілком, кладуть у порціонний горщик, зверху укладають два шматочки вирізки, обсмаженої до напівготовності, варені дрібно нарізані гриби, цибулю, пасеровану з томат-пюре, зелень, солять, посипають перцем, заливають сметаною й грибним відваром. Одночасно готують круте прісне тісто, тонко розкачують його у вигляді кружечка, покривають їм горщик, щільно пригорнувши кінці. Поверхня тіста змазують яйцями й доводять до готовності в духовці. Подають у горщику.

Кількість продуктів, г: яловичина — 161, картопля — 200, гриби сушені — 15, цибуля — 35, пюре — 15, жир— 20, сметана— 50; для тіста: борошно— 40, яйце— 1/4 шт., вода — 10. Вихід, г — 325.

Яловичина по-полонинськи. Яловичину нарізають порціонними шматками, солять, перчать, панірують у борошні, обсмажують, змішують із цибулею, нарізаною кільцями, заливають водою й тушкують до напівготовності, потім додають нарізані помідори, солодкий перець і тушкують до готовності. Подають м'ясо разом з овочами; гарнір — комбінований, картопляне пюре або припущенний рис.

Кількість продуктів, г: яловичина — 161, борошно — 5, жир— 15, цибуля — 35, помідори свіжі — 40, перець болгарський— 35. Вихід, г— 75/100.

М'ясо, тушковане з овочами. Баранину або свинину нарізають кубиками, солять, обсмажують разом з морквою і цибулею, нарізаними часточками. Картоплю (часточками) солять, обсмажують, з'єднують із м'ясом і овочами, додають баклажани, солодкий перець і помідори, також нарізані часточками, і варену квасолю, заливають гарячою водою й тушкують до готовності.

Кількість продуктів, г: баранина — 149 або свинина — 129, жир — 12, морква — 10, цибуля — 15, картопля — 80, баклажани — 60, перець болгарський — 30, помідори свіжі — 30, квасоля — 20. Вихід, г — 250.

Свинина, тушкована з капустою і яблуками. Свинину нарізають по 2—3 шматочки на порцію, солять і обсмажують. Шинковану капусту перетирають із сіллю, у яблук видаляють серцевину й нарізають скибочками. У каструлю укладають свинину, капусту і яблука, заливають водою й тушкують. За 5 хв до кінця тушкування додають пасеровану цибулю і перець.

Кількість продуктів, г: свинина — 129, жир — 10, капуста білокачанна свіжа — 250, яблука свіжі — 34, цибуля — 24. Вихід, г — 275.

Биточки по-селянськи. Яловичину пропускають через м'ясорубку з великими ґратами, додають воду, сиру дрібно нарізану цибулю, солять, перчать і добре перемішують. Формують биточки, панірують їх у борошні й обсмажують. Підготовлені свіжі або варені сушені гриби нарізають і обсмажують разом з цибулею і пюре. У сотейник укладають обсмажені биточки, додають гриби з цибулею. Заливають грибним бульйоном або водою й тушкують. Подають із тушкованою картоплею.

Кількість продуктів, г: яловичина— 128, вода— 10, цибуля — 12, борошно— 5, жир— 8, гриби сушені— 6 або свіжі — 16, цибуля — 42, пюре — 8, жир — 5. Вихід, г — 100/75.

Голубці по-українськи. У білокачанної капусти видаляють качан, опускають качан на 2—3 хв у киплячу підсолену воду, виймають, дають воді стекти й відокремлюють листи. Стовщену частину листів зрізують або розбивають. На підготовлені листи кладуть фарш, загортають, укладають у сотейник, додають бульйон і припускають. Потім заливають соусом сметанним з томатом і тушкують 10—15 хв у духовці, заправивши часником. Для фаршу: м'ясо подрібнюють на м'ясорубці, змішують із цибулею, розсипчастою кашею, додають сіль, перець, дрібно нарізане сало. Подають голубці із соусом, у якому вони тушкувалися.

Кількість продуктів, г: капуста білокачанна свіжа — 150, яловичина — 109, рис — 9 або пшоно — 10, або крупа перлова — 8, або пшенична — 10, цибуля — 12, сало — 5, соус сметанний — 75, часник — 2. Вихід, г — 275.

Кабачки фаршировані. У кабачків, нарізаних по 4—5 см, видаляють серцевину, відварюють їх до напівготовності й наповнюють фаршем. Для фаршу: здрібнену яловичину змішують із розсипчастою кашею й пасерованою цибулею, заправляють сіллю й перцем. Фаршировані кабачки укладають на лист, заливають сметанним соусом і тушкують до готовності.

Кількість продуктів, г: кабачки — 192, яловичина — 108, рис — 9 або пшоно — 10, або крупу гречана — 12, цибуля — 12, жир — 5, соус сметанний — 75. Вихід, г — 250.

Полядвиця. Підготовлену яловичину посипати лимонною кислотою або натерти лимоном, посолити, обсмажити й довести до готовності в

духовці. Готове м'ясо нарізати тонкими скибочками. При подачі полити м'ясним соком. Гарнір — комбінований або картопля смажена.

Кількість продуктів, г: яловичина — 161, жир — 5, кислота лимонна — 0,02 або лимон — 1/10 шт. Вихід, г — 75.

М'ясо смажене, шпиговане часником і цибулею. Свинячий або баранячий окіст без костей шпигують часником і цибулею, кладуть у посуд, що не окислюється, додають оцет, лавровий лист, перець горошком, суху м'яту й залишають у холодному місці на 6—8 год для маринування. Маринований окіст солять, обсмажують до готовності, нарізають по 2—3 шматочки на порцію.

Кількість продуктів, г: свинина — 129 або баранина — 165, цибуля — 30, часник — 3, жир — 5, оцет — 10, м'ята суха — 1. Вихід, г — 75.

Битки по-київськи. Свинячу корейку нарізають по 2—3 шматки на порцію, відбивають, солять, посипають перцем, панірують у борошні, змочують у яйцях і смажать. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: свинина — 176, борошно — 5, яйце — 1/2 шт., жир — 15, масло вершкове — 10. Вихід, г — 100.

Битки театральні. Яловичину двічі пропускають через м'ясорубку із дрібними ґратами, додають воду, сіль, перець і обробляють на кружечки по 2 шт. на порцію. Для фаршу: рулет, нарізаний дрібними кубиками, відварні дрібно нарізані гриби, пасеровані з цибулею, заправляють густим молочним соусом. На підготовлені кружечки укладають фарш, загортають, надаючи форми биточків, змочують у л'єзоні й панірують у черствому пшеничному хлібі, нарізаному дрібними кубиками. Битки обсмажують у жирі й доводять до готовності в духовці. Подають із картопляними кульками. Соус грибний подають окремо.

Кількість продуктів, г: яловичина — 100, вода — 7; фарш: рулет — 6, гриби сушені — 3, цибуля — 19, масло — 5, соус молочний — 5; яйце — 1/4 шт., хліб пшеничний — 20, жир — 15, соус грибний — 75, Вихід, г — 125/75.

Січеники полтавські. Яловичину двічі пропускають через м'ясорубку, додають воду, здрібнене сало, дрібно нарізаний часник, солять, посипають перцем і перемішують. З підготовленої маси формують напівфабрикат яйцевидно-приплющеної форми, панірують у

сухарях і смажать. Подають, поливши вершковим маслом, зі смаженою картоплею.

Кількість продуктів, г: яловичина — 141, вода — 10, сало шпик — 10, часник — 2, сухарі — 12, жир — 9, масло вершкове — 10. Вихід, г — 100/10.

Битки по-хмельницьки. Свинину й печінку пропускають через м'ясорубку, додають цибулю, смажену на половині норми сала, яйця, борошно, сіль, перець, інше сало, нарізане дрібними кубиками, і добре перемішують. Масу викладають ложкою на розігріту сковороду з жиром, обсмажують і доводять до готовності в духовці. Подають биточки зі смаженим яйцем, поливши вершковим маслом, з комбінованим гарніром або розсипчастою кашею.

Кількість продуктів, г: свинина — 32, печінка — 64, шпик — 15, яйце — 1/5 шт., борошно — 6, цибуля — 24, жир — 9, масло вершкове — 5, яйце — 1 шт. Вихід, г — 100/5/40.

Яловичина, запечена з овочами. Відварну яловичину нарізають по 2—3 шматочки на порцію. Очищену дрібну цибулю, картопля (цілком) і нарізану часточками капусту припускають у бульйоні, моркву й свіжу стручкову квасолю припускають у воді. На порціонну сковороду укладають варене м'ясо, припущенні картоплю й овочі, заливають сметанним соусом із хріном, посипають сухарями, збризкують маргарином і запікають.

Кількість продуктів, г: яловичина — 164, цибуля — 20, картопля — 67, квасоля стручкова свіжа — 34 або консервована — 50, морква — 40, капуста білокачанна свіжа — 55, сухарі — 5, маргарин — 5, соус сметанний із хріном — 100. Вихід, г — 300.

Курчата в сметані. Підготовлені тушки курчат варять 10—15 хв, для того щоб у готовому вигляді не було рожевих забарвлення біля кісточок. Виймають із бульйону, солять, поливають маргарином і смажать у духовці до готовності, періодично повертаючи й поливаючи жиром і соком, у якому вони смажаться. Смажених курчат рубають на порціонні шматки, заливають сметаною й тушкують 5—10 хв. Подають зі сметаною, у якій вони тушкувалися, і комбінованим гарніром.

Кількість продуктів, г: курчата — 204, маргарин — 5, сметана — 55, Вихід, г — 100/50.

Курчата з яблуками в сметані. Підготовлених курчат рубають по 2 шматочки на порцію й обсмажують. Яблука (без шкірочки й серце-

вини), моркву й петрушку нарізають часточками. Курчат з яблуками й овочами заливають водою, додають гвоздику, стебла кропу й тушкують. За 10—15 хв до кінця тушкування стебла кропу виймають і страву заправляють сметаною. Подають курчат з яблуками, овочами й соусом, у якому вони тушкувалися.

Кількість продуктів, г: курчата — 154, яблука свіжі — 50, морква — 19, петрушка (корінь) — 7, жир — 8, гвоздика — 0,03, сметана — 15. Вихід, г — 150.

Качка, тушкована з вишнями. Підготовлену качку рубають на шматки по 35—40 г, солять, обсмажують, заливають водою, додають дрібно нарізаний цибулю і тушкують. За 10—15 хв до кінця тушкування додають вишні без кісточок. Подають із відварною картоплею, розсипчастими кашами, поливши соусом, у якому тушкувалася качка.

Кількість продуктів, г: качка — 230, жир — 5, цибуля — 5, вишні — 59. Вихід, г — 150.

Котлета по-київськи. Куряче філе — велике (з кісточкою) і маленьке зачищають від плівки. У великого філе видаляють поздовжнє сухожилля й відбивають обидва філе. Розм'якшеному вершковому маслу надають овально-довгасту форму й охолоджують. На середину великого філе укладають масло, накривають його малим філе, піднімаючи кінці великого формують котлету. Котлету змочують у яйцях, панірують у білому паніруванні, ще раз змочують і знову панірують. Смажать у фритюрі до утворення золотавої скоринки, доводять до готовності в духовці (2—3 хв). Подають котлету на смаженому в жирі шматочку пшеничного хліба з комбінованим гарніром

Кількість продуктів, г: курка (філе) — 164, масло вершкове — 30, яйце — 1/4 шт., хліб пшеничний — '20, жир — 46, хліб пшеничний (для грінки) — 40, жир — 15. Вихід, г— 125/30/10.

Сирні страви

В Україні м'який сир називають сиром, а страви з нього сирними. І всім знайомі сирники, відомі в російській кухні саме звідси отримали свою назву. Сир завжди був одним із самих шанованих продуктів у слов'ян. Його їли ледве що не щодня.

Вихідною сировиною для приготування сиру служив звичайний кисляк, горщик з яким ставили в не дуже гарячу піч на кілька годин.

Потім горщик виймали з печі й зливали його вміст у полотняний мішок. Сироватку відціджували, а мішок із сиром клали під прес. Сучасні господарки роблять сир так само, тільки горщик поступився місцем каструлі, а піч — газовій або електричній плиті.

Однак приготовлений у такий спосіб сир довго не міг зберігатися, а холодильників ще не було. У періоди ж, коли удої були гарні й особливо в пости, сиру збиралося у селян досить багато. Щоб він не псувався, народ придумав досить оригінальний спосіб його консервування. Готовий (з-під пресу) сир поміщали на кілька годин у піч, а потім під прес і так двічі. Коли він ставав зовсім сухим, його щільно укладали в глиняні горщики й заливали зверху пряженим маслом. У льосі такий сир міг зберігатися місяцями, його можна було брати в далеку дорогу.

Асортимент виробів із сиру дуже широкий і залежить від добавок, якими можуть бути цукор, джеми, родзинки, курага, горіхи, перець, томат-паста й інші продукти, а також від способів теплової обробки. Сир чудово сполучається з багатьма продуктами, страви з нього можуть догодити будь-якому смаку.

Страви з яєць також здобули в українській кухні широкої популярності, оскільки курки завжди були на кожному селянському подвір'ї. Особливо популярною є яєчня із салом.

Багато господарок, напевно, навіть не можуть собі уявити якими новими оригінальними смаковими нюансами можна збагатити страви завдяки таким продуктам, як сир і яйця. Сир і яйця мають особливу перевагу: страви з ними можна приготувати дуже швидко.

Сирна маса із зеленою цибулею. У протертий жирний сир додають сіль і перед подачею змішують із дрібно нарізаною зеленою цибулею і частиною сметани. Готову масу укладають у порціонну тарілку, роблять у ній заглиблення й заповнюють сметаною, що залишилася.

Кількість продуктів, г: сирна маса солона — 102, цибуля зелена — 20, сметана — 30. Вихід, г — 150.

Сирна маса з томатом і перцем. У жирний сир додають томат-пюре, сіль, запашний перець і все добре перемішують. У нежирний сир уводять, крім того, розм'якшене вершкове масло, підігріте до 30—35 °С. Подають на десертній тарілці.

Сирники. У протертий сир додають яйця, цукровий пісок, сіль, ванілін, 2/3 кількості борошна зазначеного по рецептурі, масу добре перемішують, надаючи їй форму батону товщиною 5—6 см, ріжуть поперек, панірують у борошні, що залишилося, надають форми биточків і обсмажують на сковороді по обидва боки до утворення рум'яної скоринки. У масу для сирників можна додавати варену протерту карто-

плю. У цьому випадку картоплю протирають холодною, щоб додати масі клейкість.

Готують також **сирники з морквою.** Для цього її подрібнюють на тертці, припускають із невеликою кількістю води (1/10 від маси моркви) із маслом, потім всипають манну крупу й, помішуючи, заварюють її. Підготовлену в такий спосіб моркву додають у масу для сирників. У сирники з морквою й картоплею ванілін не додається. Подають сирники гарячими з маслом або сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 152, борошно пшеничне — 20, яйце — 1/8 шт., маргарин столовий — 5, сметана або варення— 20. Вихід, г — 170.

Вареники. Вареники із сиром — стародавня українська страва. Вона не лише калорійно, але і являє собою приклад вдалого сполучення амінокислот і мінеральних солей.

Для приготування варенників замішують прісне тісто з борошна, молока або води і яєць. Тісто роблять дуже крутим. Розкачують його двома способами: роблять із тіста джгут, ріжуть його поперек на дрібні шматки й кожний з них розкачують у тонкий корж (сочень); тісто ріжуть на великі шматки, розкачують і вирізують сочень.

При першому способі не залишається обрізків тіста, але процес дуже трудомісткий. Другий спосіб продуктивніший, але при цьому залишаються обрізки тіста, які доводиться знову розкачувати. Для фаршу сир протирають із сіллю, цукром і яйцем. На середину сочня кладуть фарш, краї тіста змазують яйцем, з'єднують і защипують у вигляді півмісяця. Можна розрізати тісто на квадрати, класти фарш на один кут, згортати тісто трикутником і формувати вушка, з'єднуючи краї — при цьому обрізків тіста не утвориться. Для прискорення формування можна робити інакше: відступаючи від краю розкатаного тіста, розкласти гірками фарш, край тіста змастити яйцем, загорнути його, прикривши фарш, і вирізувати вареники виїмкою. Готові вареники варять у великій кількості киплячої води, виймають і подають зі сметаною.

Пудинг сирно-яблучний. У протертий сир додають манну крупу, яєчний жовток, добре розтертий із цукром, і рубані яблука, витримані в цукровому сиропі. Після цього додають збиті яєчні білки, обережно перемішують. Потім масу ділять на три частині. В одну частину додають какао-порошок. Викладають у форму шарами — у середині шар з какао. Поверхню змазують сметаною з яйцем, запікають. Готовий пудинг оформляють часточками яблука, прогрітого в сиропі. Подають зі сметаною або солодким соусом.

Кількість продуктів, г: сир — 140, крупа манна — 15, цукор — 20, яйце — 1/4 шт., яблука свіжі — 60, какао — 1, масло вершкове — 5, сметана — 20, ванілін — 0,02. Вихід, г — 200/20.

Сирні пушинки. Сир розтирають із цукром, додають манну крупу, яйце, формують кульки. Випікають у духовці 15—20 хв. При подачі поливають киселем.

Кількість продуктів, г: сир — 120, крупу манна — 10, цукор — 10, яйце — 1/2 шт., кисіль фруктовий — 100. Вихід, г — 150/100.

Рогалики сирні. Сир протирають, додають манну крупу, яйця, сіль і все добре перемішують. Дають масі постояти. Обробляють у вигляді рогаликів, панірують у манній крупі й смажать. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 110, манна крупа — 20, цукор — 7, яйця — 1/4 шт., маргарин — 10, сметана — 25. Вихід, г — 135/25.

Сирники. Яйця збивають із цукром у густу піну, додають протертий сир, борошно, добре вимішують, викладають на посипану борошном дошку й формують валик. Розрізають його на кружечки товщиною 1—1,5 см, панірують у борошні, надаючи форми биточків. Обсмажують основним способом. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 140, борошно — 23, цукор — 15, яйце — 1/3 шт., маргарин — 5, сметана — 20. Вихід, г — 150/20.

Сирники з морквою. Очищену моркву нарізають; соломкою, тушкують із вершковим маслом до готовності, охолоджують, протирають разом із сиром. Додають цукор, яйця, сіль, манну крупу, вимішують. Формують сирники, обсмажують основним способом. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 100, морква — 53, манна крупа — 20, яйце — 1/3 шт., цукор — 15, маргарин — 5, масло вершкове — 5, сметана — 20. Вихід, г — 150/20.

Сирники з картоплею. Відварну картоплю протирають, змішують із сиром, яйцями, сіллю, борошном. З отриманої маси формують сирники, смажать основним способом. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 100, картопля — 113, яйце — 1/3 шт., борошно — 23, маргарин — 5, сметана — 20. Вихід, г — 150/20.

Сирники варені. Сир протирають, додають яйця, борошно, сіль і цукор, ретельно перемішують. Підготовлену масу за допомогою двох чайних ложок викладають у киплячу підсолену воду й варять до готовності. При подачі поливають вершковим маслом, окремо подають сметану.

Кількість продуктів, г: сир— 140, борошно— 21, цукор — 15, яйце — 1/3 шт., масло вершкове — 7, сметана — 20. Вихід, г — 150/20.

Сирники по-слов'янськи. Протертий сир змішують із густою манною кашею, родзинками, додають яйця, борошно, цукор. Формують сирники, панірують у борошні, обсмажують основним способом. Подають зі сметаною або солодким фруктовим соусом.

Кількість продуктів, г: сир — 136, манна крупа — 10, борошно— 12, яйце— 1/3 шт., цукор— 15, родзинки— 20, маргарин — 5, сметана — 20 або соус фруктовий — 50. Вихід, г: зі сметаною — 150/20, із соусом — 150/50.

Картопляна запіканка із сиром. Варену картоплю пропускають через м'ясорубку, додають частину яєць, сіль, перемішують. Протертий сир змішують із іншими яйцями, цукром. Половину картопляної маси викладають на змазану сковороду, на неї — сир, зверху — іншу картоплю. Змазують яйцем і запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: картопля — 200, сир — 50, яйце — 1/2 шт., цукор — 10, жир — 6, сметана — 20. Вихід, г — 200/20.

Картопляні биточки із сиром. Картопляне пюре злегка охолоджують, додають протертий сир, борошно, яйце, перемішують. Формують биточки, панірують у сухарях, смажать. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: картопля — 200, сир — 80, яйце — 1/2 шт., борошно —10, жир — 10, сухарі — 15, сметана — 20. Вихід, г — 250/20.

Вареники ледачі. Сир протирають, додають борошно, сіль, цукор, яйця, ретельно перемішують. Масу розкачують у тонку ковбаску, нарізають на кружечки товщиною 1 см, закладають у киплячу підсолену воду, варять 3—5 хв. Подають зі сметаною або вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: сир — 146, борошно — 20, цукор — 7.5, яйце — 1/3 шт., масло вершкове — 10 або сметана — 20. Вихід, г: з маслом — 150/10, зі сметаною — 150/20.

Вареники ледачі з картоплею. Відварну картоплю протирають разом із сиром, додають пасеровану цибулю, нарізану кубиками, сіль, перець, борошно. Потім готують, як вареники ледачі. Подають зі сметаною або вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: сир — 100, картопля — 113, яйце — 1/3 шт., цибуля — 12, маргарин — 5, борошно — 20, масло вершкове — 10 або сметана — 20. Вихід, г: з маслом — 150/10, зі сметаною — 150/20.

Оладки із сиру. Протертий сир змішують із розтертими із цукром жовтками, борошном, сіллю, сметаною. Уводять збиті білки. Смажать основним способом, викладаючи масу ложкою. При подачі посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: сир — 100, яйце — 1/2 шт., цукор — 20, борошно — 25, сметана — 20, маргарин — 5, цукрова пудра — 10. Вихід, г — 150/10.

Пудинг сирний. Жовтки розтирають із цукром, перемішують із протертим сиром, додають манну крупу, розмочену в сметані, борошно, родзинки, ванілін і збиті в піну білки. Вимішану масу викладають у форму, змазану маслом і посипану сухарями. Пудинг запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: сир — 100, борошно — 10, яйце— 1/2 шт., цукор — 10, манна крупа — 10, родзинки — 30, сметана — 10, масло —5, соус молочний або фруктовий — 50. Вихід, г — 150/50.

Пудинг із сиру з овочами. Варять манну кашу. Моркву й кольорову капусту тушкують у невеликій кількості води й вершкового масла. У приготовлену кашу викладають протертий сир, тушковані овочі, цукор, сіль, жовтки, усе перемішують, додають збиті білки, викладають у форму, змазану жиром, поверхню змазують яйцем. Запікають пудинг у духовці. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир— 100, манна крупа — 20, молоко — 200, цвітна капуста — 50, морква — 50, цукор — 15, масло вершкове — 10, яйце — 1/2 шт., сметана — 20. Вихід, г — 150/20.

Пудинг із сиру і яблук. Протертий сир змішують із меленими сухарями, яєчними жовтками, цукром, очищеними яблуками, нарізаними дрібними кубиками. Додають збиті білки й обережно перемішують. Масу викладають у змазану вершковим маслом і посипану сухарями

форму. Пудинг готують на парі: форму ставлять у каструлю з киплячою водою й витримують 40—50 хв. Подають із ягідним сиропом.

Кількість продуктів, г: сир — 100, яблука — 100, цукор — 20, вершкове масло — 10, яйце — 1/2 шт., мелені сухарі — 15, ягідний сироп — 30. Вихід, г — 150/30.

Пудинг із сиру й моркви. Готують так само, як і пудинг із сиру і яблук, але замість яблук беруть тушковану й протерту моркву. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 100, морква — 100, цукор — 15, масло вершкове — 10, яйце — 1/2 шт., мелені сухарі — 15, сметана — 20. Вихід, г — 150/20.

Пудинг із сиру й рису. Рис відварюють у підсоленій воді до готовності, відкидають на друшляк, змішують із протертим сиром додають яйця й цукор. Отриману масу викладають у форму.

Кількість продуктів, г: сир — 100, рис — 30, яйце — 2/3 шт., цукор — 15, вершкове масло — 10, сметана — 20. Вихід, г— 150/20.

Пудинг із сиру, горіхів і печива. Яєчні жовтки розтирають із цукром, розм'якшеним маргарином, натертою лимонною цедрою. Ядра горіхів злегка присмажують, охолоджують і подрібнюють. Печиво злегка підсушують, подрібнюють і просівають. У протертий сир кладуть яєчні жовтки, горіхи, родзинки, здрібнене печиво, добре перемішують, уводять збиті білки. Масу викладають у змазану форму, посипану цукровим піском. Варять на парі близько години.

Кількість продуктів, г: сир — 100, яйце — 1 шт., цукор — 20, маргарин — 20, печиво — 25, горіхи, — 20, родзинки — 15, лимонна цедра — 10. Вихід, г — 150/50.

Запіканка із сиру й гарбуза. Гарбуз, нарізаний кубиками, обсмажують на маслі до готовності, з'єднують із манною кашею, протертим сиром і цукром. Викладають на змазану сковороду, розрівнюють поверхню, змазують її маслом і запікають у духовці. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 80, гарбуз — 200, манна крупа — 20, вода — 60, яйце — 2/3 шт., цукор — 15, масло вершкове — 10, сметана — 50. Вихід, г — 150/50.

Запіканка із сиру й гречаної каші. Протертий сир з'єднують із теплою, звареною на молоці гречаною кашею, сметаною, яйцями, цук-

ром. Добре вимішану масу викладають на сковороду, змазану маслом і посипану сухарями, розрівнюють, поливають вершковим маслом і запікають у духовці 25—30 хв. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 100, крупа гречана — 20, молоко — 60, яйце — 1/3 шт., вершкове масло — 10, цукор — 15, мелені сухарі — 20, сметана — 20. Вихід, г— 150/20.

Запіканка з макаронів і сиру. Макарони або вермішель відварюють, зливають воду й перемішують із частиною вершкового масла й половиною яєць. Сир протирають, додають цукор, інші яйця, сметану й перемішують. На лист, змазаний жиром, викладають макарони, потім сир і знову макарони. Змазують збитими яйцями, збризкують маслом і запікають. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: макарони або вермішель — 35, вершкове масло — 10, яйце — 1 шт., сир — 150, цукор — 20, сметана — 50. Вихід, г — 250/30.

Запіканка рисова із сиром. У готову розсипчасту рисову кашу додають протертий сир, збиті яйця, ванілін, масло й усе перемішують. Підготовлену масу викладають на змазану маслом і посипану сухарями сковороду, заливають сумішшю яєць і сметани й запікають. Подають зі сметаною або варенням.

Кількість продуктів, г: сир — 150, рис — 30, цукор — 25, вершкове масло— 10, сухарі— 15, сметана — 20, яйце — 1/2 шт., варення — 30. Вихід, г — 250/30.

Запіканка із сиру й картоплі. Картоплю очищають, натирають на тертці, злегка віджимають, з'єднують із прогрітим сиром, яйцями, солять. Масу викладають у змазану форму й запікають. Перед подачею поливають сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 50, картопля — 150, вершкове масло — 5, яйце — 1/2 шт., сметана — 20. Вихід, г — 175/20.

Суфле з моркви й сиру. Моркву натирають на дрібній тертці, додають молоко й припускають до готовності. Додають манну крупу, варять і охолоджують. В охолоджене пюре вводять цукор, сіль, ванілін, протертий сир, жовтки й добре перемішують. Можна додати промиті родзинки (20 г на порцію). Яєчні білки збивають, обережно змішують із підготовленою масою, викладають у змазану форму й запікають у духовці або варять на парі.

Кількість продуктів, г: сир — 50, морква — 75, манна крупа — 15, молоко — 100, цукор — 25, вершкове масло — 10, яйце — 1/2 шт., сметана — 20. Вихід, г — 150/20.

Суфле сирне з яблуками. Сир протирають через сито разом із припущеними в маслі яблуками, додають манну крупу, цукор, жовтки, збиті білки. Масу обережно перемішують, викладають у змазану форму й запікають. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 100, яблука — 160, манна крупа — 15, цукор — 20, яйце — 1/2 шт., вершкове масло — 10, сметана — 20. Вихід, г — 250/20.

Бабка із сиру й моркви. Сир протирають разом із припущенною у вершковому маслі морквою, додають розтерті із цукром жовтки, мелені сухарі, збиті білки й перемішують. Підготовлену масу викладають у форму, змазану маслом і посипану сухарями, варять на парі 40—50 хв. Подають із ягідним сиропом.

Кількість продуктів, г: сир — 200, морква — 70, яйце — 1/2 шт., цукор — 50, сухарі — 20, вершкове масло — 15, ягідний сироп — 30. Вихід, г — 250/30.

Бабка картопляна із сиром. Гарячу відварну картоплю пропускають через м'ясорубку разом із сиром, з'єднують із жовтками, розтопленим вершковим маслом, злегка підсмаженим борошном, сіллю. Обережно перемішують зі збитими білками. Масу викладають у змазану форму й запікають. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: картопля — 200, сир — 50, яйце — 1/2 шт., борошно — 5, вершкове масло — 15, сметана— 20. Вихід, г — 175/20.

Бабка яблучна із сиром. Сир протирають, змішують із очищеними дрібно нарізаними яблуками, сухарями, розтертими із цукром жовтками, збитими білками. Підготовлену масу викладають у змазану маслом і посипану сухарями форму, розрівнюють і варять на парі 40—50 хв. Подають із ягідним сиропом.

Кількість продуктів, г: сир — 200, яблука — 50, цукор — 50, яйце — 1 шт., сухарі — 25, вершкове масло — 15, ягідний сироп — 30. Вихід, г — 250/30.

Бабка із сиру. Протертий сир змішують із цукром, жовтками, ваніліном, меленими сухарями й збитими білками. Добре вимішану масу ви-

кладають у форму, змазану вершковим маслом, і запікають у духовці. При подачі поливають сметаною.

Кількість продуктів, г: сир — 200, яйце — 1 шт., цукор — 20, мелені сухарі — 20, сметана — 20. Вихід, г — 200/20.

Голубці із сиром. Відварений рис охолоджують, змішують із сирими яйцями й протертим сиром, заправленим сіллю й перцем. Підготовлений фарш загортають у листи капусти, зварені до напівготовності. Голубці обсмажують, викладають на сковороду, заливають сметаною й тушкують 30—40 хв у духовці. При подачі поливають сметаною, у якій вони тушкувалися, посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: сир — 100, рис — 30, яйце — 1/2 шт., капуста — 250, жир кулінарний — 10, сметана — 100, зелень — 5. Вихід, г — 250.

Перець, фаршированний сиром. Солодкий перець очищають від насіння, заливають окропом і витримують у ньому 15—20 хв. Підготовлений перець фарширують протертим сиром, змішаним із сирими яйцями й сіллю. Кладуть у каструлю, заливають сметаною й тушкують до готовності. Подають перець із соусом, у якому він тушкувався.

Кількість продуктів, г: перець болгарський — 200, сир — 200, яйце — 1/2 шт., цукор — 5, сметана — 100. Вихід, г — 250.

Кульки сирні. Протертий сир змішують із цукром, яйцями, борошном. Замішують дуже круте тісто. Розкачують його в джгут діаметром 3 см, розрізають на невеликі шматочки й кожного скачують у кульку. Обсмажують на рослинній олії. При подачі посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: сир — 150, цукор — 70, яйце — 2/3 шт., борошно — 20, сода — 2, олія рослинна — 10, цукрова пудра — 20. Вихід, г — 200.

Макаронник із сиром. Макарони відварюють у підсоленій воді, відкидають на друшляк, змішують із сиром протертим із цукром, вершковим маслом, сирими яйцями, родзинками. Масу викладають у змазану сковороду, розрівнюють, поливають вершковим маслом і запікають. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: сир — 100, макарони — 35, цукор — 20, масло вершкове — 25, яйце — 1 шт., родзинки — 30. Вихід, г — 250.

Локшинник із сиром. Локшину або вермішель відварюють у підсоленій воді, відкидають на друшляк, з'єднують із протертим сиром, розтертими із цукром жовтками, ваніліном. Додають збиті білки, обережно перемішують, викладають на змазану сковороду. Поверхню змазують сметаною й запікають. Подають із варенням або повидлом.

Кількість продуктів, г: сир — 150, вермішель або локшина — 35, цукор — 20, яйце — 1/3 шт., сметана — 20, повидло або варення — 30. Вихід, г — 250/30.

Рисові котлети із сиром. Варять розсипчасту рисову кашу, охолоджують, додають сир, яйця, сіль, добре перемішують. З отриманої маси формують котлети, обвалюють їх у сухарях, смажать. Подають зі сметаною.

Кількість продуктів, г: рис — 35, сир — 50, яйце — 1/5 шт., сухарі — 15, жир — 10, сметана — 20. Вихід, г — 150/20.

Каша пшоняна із сиром. У киплячу підсолену воду висипають промите пшоно й варять до напівготовності. Потім додають вершкове масло, цукор, сир, перемішують, варять до готовності. Окремо подають молоко або кефір.

Кількість продуктів, г: пшоно — 40, вода — 120, сир — 50, цукор — 10, вершкове масло — 15. Вихід, г — 150.

Каша гречана, запечена із сиром. Варять розсипчасту гречану кашу, половину її викладають на сковороду, зверху — сир, розтертий з жовтками, потім другу половину каші. Заливають сметаною, запікають. При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: крупа гречана — 50, вода — 200, сир— 100, жовток— 1 шт., жир — 6, масло вершкове— 10. Вихід, г— 250.

Сирні пончики. Борошно змішують із сиром, додають яйця, цукор, соду й замішують тісто. Готове тісто викладають на стіл, посипаний борошном, і формують у вигляді кульок масою 100 г. Смажать у фритюрі. При подачі посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: борошно — 80, сир — 425, яйце — 1/2 шт., цукор — 50, сода — 2, рослинна олія — 25, цукрова пудра — 10. Вихід, г — 250.

Сирники з родзинками. У протертий сир додають цукор, збиті яєчні білки, манну крупу, промиті і ошпарені родзинки. Усе перемішують,

формують колобки, панірують у борошні, кладуть на сковороду, розігріту й змазану жиром. Колобки змазують зверху жовтком і запікають протягом 10 хв. При подачі поливають варенням.

Кількість продуктів, г: сир — 100, борошно — 10, яйце — 1/2 шт., манна крупа — 5, родзинки — 30, маргарин — 5, варення — 30. Вихід, г — 150/30.

Омлет із сиром. Сирі яйця, сир, молоко й борошно перемішують до однорідної маси, солять, виливають на сковороду з розігрітим маслом і запікають. Подають гарячим.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., сир — 50, молоко — 30, борошно — 6, масло вершкове — 10. Вихід, г — 150.

Омлет із сиру солодкий. З яєць, молока, солі й борошна приготувати тісто, обсмажити його на вершковому маслі у вигляді тонкого омлету. Сир розмішати з молоком, цукром, родзинками. Змазати цією начинкою омлет і запекти в духовці.

Кількість продуктів, г: яйце — 1 шт., молоко — 100, борошно — 20, сир — 100, масло вершкове — 10, цукор — 15, родзинки — 30. Вихід, г — 250.

Яєчня з помідорами. Помідори нарізають кружечками, обсмажують на маргарині або кулінарному жирі. Заливають яйцями, розмішаними із сіллю й перцем. Доводять до загуснення. При подачі густо посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: помідори — 200, яйця — 2 шт., маргарин — 15, зелень — 20. Вихід, г — 200.

Яєчня із салом. Шпик нарізають скибочками, обсмажують із двох сторін, випускають яйця так, щоб не порушилася оболонка, і смажать доти, поки білок не згорнеться. При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., шпик — 35, маргарин— 5. Вихід, г — 100.

Яєчня з морквою. Моркву нарізають кружечками, обсмажують на вершковому маслі, виливають яйця, доводять їх до готовності. При подачі посипають перцем.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., морква — 200, маргарин — 15. Вихід, г — 180.

Яєчня з грибами. Свіжі гриби відварюють у солоній воді, подрібнюють, заливають сметаною й кип'ятять. Отриману масу заливають збитими яйцями й обсмажують. Готову страву посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., гриби — 30, сметана — 20, маргарин.

Яєчня зі сметаною. Яйця змішують зі сметаною й виливають на сковороду з розігрітим вершковим маслом. Сковороду закривають кришкою. При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., сметана — 100, масло вершкове — 10, зелень — 5. Вихід, г — 150.

Яєчня із хріном. Хліб нарізають дрібними кубиками, обсмажують на вершковому маслі, заливають яйцями й доводять до готовності. При подачі посипають тертим хріном.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., хліб — 20, масло вершкове — 10, хрін — 35. Вихід, г — 130.

Яєчня з копченою рибою. Дрібно нарізане філе копченої риби укладають на сковороду, змазану жиром, виливають яйця й доводять до готовності в духовці. Подають, посипавши зеленню петрушки.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., філе риби копченої — 45, маргарин — 10, зелень петрушки — 5. Вихід, г — 120.

Яєчня з баклажанною ікрою. Баклажанну ікру викладають на сковороду з маслом, додають збиті яйця, сіль, перець, смажать 3—5 хв. При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., ікра баклажанна консервована — 100, масло вершкове — 15, зелень — 5. Вихід, г — 150.

Яєчня з рибними консервами. Рибні консерви викладають на розігріту сковороду з маслом, додають збиті яйця, сіль, перець, смажать 3—5 хв. При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: консерви рибні в томатному соусі — 100, яйця — 2 шт., масло вершкове — 10, зелень — 5. Вихід, г — 150.

Омлет натуральний. Яйця, сіль, перець, молоко збивають. Масу виливають на розігріту з жиром сковороду й смажать до загуснення. При подачі можна посипати зеленню.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., молоко — 30, масло вершкове — 5. Вихід, г — 110.

Омлет фаршированый. Яйця, молоко або вершки збивають. Підготовлену яєчно-молочну суміш наливають на добре розігріту з жиром сковороду, смажать так, щоб вона рівномірно загустіла. На середину омлету кладуть підготовлений гарячий фарш і за допомогою тонкого ножа закривають його по обидва боки краями омлету, надаючи форму пиріжка. Подають відразу ж, поливши вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., молоко — 30, масло вершкове — 5, фарш — 50. Вихід, г — 150.

Фарш для омлетів:

1-й варіант: печінку нарізають соломкою, посипають сіллю, перцем, обсмажують. Додають сметану, дрібно нарізану зелену цибулю. Доводять до готовності на повільному вогні.

Кількість продуктів, г: печінка — 28, маргарин — 5, сметана — 15, зелена цибуля — 10. Вихід, г — 50.

2-й варіант: нирки відварюють, нарізають тонкими скибочками, посипають сіллю, перцем, смажать до готовності, додають томатний соус, дають прокипіти.

Кількість продуктів, г: нирки — 50, маргарин — 10, соус — 25. Вихід, г — 50.

3-й варіант: м'ясо вареної курки й варені гриби нарізають тонкими скибочками, змішують і прогрівають із білим соусом.

Кількість продуктів, г: м'ясо вареної курки — 25, гриби — 20, соус — 15. Вихід, г — 50.

4-й варіант: свіжі кабачки очищають від шкірочки й насіння, нарізають кубиками, посипають сіллю й обсмажують. Додають сметану, доводять до готовності на слабкому вогні.

Кількість продуктів, г: кабачки — 60, масло вершкове — 5, сметана — 15. Вихід, г — 50.

5-й варіант. Свіжі помідори ошпарюють гарячою водою, знімають шкірочку й нарізають часточками. Посипають сіллю й обсмажують.

Кількість продуктів, г: помідори— 100, маргарин — 10. Вихід, г— 50.

Омлет по-селянськи. Сиру картоплю нарізають дрібними кубиками й обсмажують до напівготовності. Потім додають дрібно нарізаний шпик і продовжують смажити, поки він не стане хрустким. Яйця розмішують із молоком, сіллю, меленим перцем. Цю масу виливають на підсмажену картоплю й доводять до загуснення. При подачі посипають зеленню.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., картопля — 120, маргарин — 15, шпик — 25, зелень — 5. Вихід, г — 150.

Омлет із сосисками. Сосиски нарізають кружками. Яйця змішують із молоком, сіллю й перцем. На розігрітій з жиром сковороді обсмажують 1/4 частина сосисок, заливають 1/4 частиною яєчно-молочної суміші й смажать до готовності. Так випікають чотири омлети й кладуть їх один на іншій. Зверху посипають дрібно нарізаною цибулею-пореєм. Подають теплим.

Кількість продуктів, г: (на 4 порції): сосиски — 240, яйця — 8 шт., молоко — 200, маргарин — 15, цибуля-порей — 10. Вихід, г — 700.

Яйця на грінці. Батон нарізають скибочками товщиною 1 см, обсмажують на невеликій кількості жиру. Ковбасу нарізають скибочками й укладають на хліб. Зверху обережно виливають яйце, укладають кружечки помідора, посипають сіллю, перцем, тертим сиром і запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., ковбаса — 50, батон — 100, помідори — 75, масло — 15, сир — 25. Вихід, г — 300.

Яйця в «гнізді». Картопляне пюре (готове) викладають на сковороду, змазану маслом. По поверхні пюре роблять поглиблення, у які обережно виливають яйця. Запікають у духовці до повної готовності яєць.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., картопля — 260, масло вершкове — 25, молоко — 20. Вихід, г — 250.

Млинці з яєць. Яйця збивають із молоком, цукром, сіллю. Поступово вводять борошно й перемішують до однорідної маси. Виливають на гарячу, змазану жиром сковороду й обсмажують із двох сторін. Гарячі млинці згортають у трубочку й подають, посипавши цукровою пудрою.

Розділ 5



МРІЯ ЛАСУНІВ: СОЛОДКІ СТРАВИ. ЯК У КАЗЦІ!

Для приготування солодких страв використовують різноманітну сировину: плоди, ягоди, молоко, вершки, яйця, горіхи, цукор. Найцінішою сировиною є свіжі плоди і ягоди, які містять глюкозу й фруктозу, що легко засвоюються, а також органічні кислоти, мінеральні речовини, вітаміни, ферменти. На глюкозу й фруктозу особливо багаті виноград, яблука, сливи, вишні, абрикоси. Для приготування багатьох солодких страв використовують свіжі, сушені, морожені, стерилізовані плоди і ягоди. Крім того, використовуються також різні варення, джеми, фруктові і ягідні соки й екстракти.

Свіжі плоди перебирають, зачищають і промивають у холодній воді. Частину плодів при приготуванні солодких страв протирають, для чого попередньо яблука варять або запікають; кісточкові плоди припускають у сиропі; інші — протирають сирими. Сушені фрукти перед протиранням проварюють.

Молоко, використовуване при приготуванні солодких страв, звичайно вводиться у вигляді суміші з яєчними жовтками й цукром. Для приготування яєчно-молочної суміші жовтки необхідно ретельно розтерти із цукром, потім розвести молоком і проварити суміш до загустіння при температурі не вище 70 °С. До складу багатьох солодких страв входять вершки. Найчастіше вершки збивають до піноподібного стану. При цьому повітря розподіляється в них у вигляді пухирців, оточених білковими плівками. Міцність збитих вершків залежить від вмісту жиру, температури вершків, розміру жирових кульок, тривалості збивання. Кращими для цієї мети є вершки з 30—35 % жиру й температурою 5—7 °С. Збивають вершки вручну або механічно, при цьому обсяг їх збільшується в 2—2,5 рази. Наприкінці збивання додають трохи кислоти, тому що в кислому середовищі помітно підвищується міцність плівки.

В якості желюючих речовин при приготуванні солодких страв використовують желатин, крохмаль, агароїд, фурцелларан.

Готують солодкі страви холодні і гарячі й відповідно подають їх при температурі 8—10 °С и 65 — 70 °С.

Подають солодкі страви у відповідному посуді: компоти, киселі, морозиво — у креманках; свіжі фрукти — на десертній тарілці або у вазах; свіжі ягоди — у креманках або на десертних тарілках. Якщо ягоди подають із молоком або вершками, то їх кладуть у глибоку десертну тарілку, молоко або вершки — окремо в молочарі.

Солодкі страви — киселі, компоти, желе — зберігають у холодильній шафі або в охолодному приміщенні.

Асортименти солодких страв дуже великий, однак всі їх можна розділити на кілька великих груп:

- свіжі плоди, компоти;
- желюйовані солодкі страви;
- гарячі солодкі страви.

СВІЖІ ПЛОДИ І ЯГОДИ

При приготуванні солодких страв зі свіжих плодів і ягід їх перебирають, видаляють стебла й плодоніжки. Сильно забруднені плоди і ягоди промивають кілька разів, інші — один раз холодною водою.

Подають плоди і ягоди у вазах, салатниках, на десертних тарілках. Окремо можна подати цукор або цукрову пудру, молоко, вершки, сметану. Прикладом солодких страв із фруктів і ягід, що наготовлюють у підприємствах споживчої кооперації є наступні:

Апельсини або мандарини із цукром. Нарізані кружечками або часточками очищені апельсини або мандарини укладають гіркою у вазочку, посипають цукром і заливають вином. Можна подати цукор або цукрову пудру окремо в розетці.

Кількість продуктів, г: апельсини — 149 або мандарини — 135, цукор або рафінадна пудра — 30. Вихід, г — 130.

Полуниця зі збитими вершками. Вершки охолоджують до температури 8—10 °С і збивають до утворення пишної маси. У збиті вершки всипають цукрову пудру, потім їх укладають гіркою у вазочку або салатник. Гірку зі збитих вершків обкладають промитими ягодами. Готову страву необхідно негайно подавати на стіл.

Кількість продуктів, г: полуниця — 118, вершки збиті — 30, цукрова пудра — 30. Вихід, г — 150.

КОМПОТИ

Компоти готують зі свіжих, консервованих, сухих, заморожених плодів і ягід. При приготуванні компотів зі свіжих плодів і ягід варто дотримуватися деяких загальних правил: яблука, груші, айву нарізають

часточками з видаленням серцевини й проварюють у підкисленій воді або слабокопідкисленому сиропі. Кислота охороняє очищені плоди від потемніння й руйнування ферментів, що спричиняє окислювання дубильних речовин. Персики, абрикоси й сливи розрізають навпіл і видаляють кісточки. Апельсини й мандарини очищають від шкірочки, розбирають на часточки або нарізають кружечками. Виноград, полуницю, суницю й інші ягоди перебирають і миють у кип'яченій холодній воді. М'якоть динь і кавунів нарізають часточками, кубиками й скибочками.

Мандарини, апельсини, виноград, вишні, дині, кавуни, малину кладуть в охолоджений сироп сирими.

Для ароматизації й поліпшення смаку в компот додають невелику кількість виноградного вина.

Сушені плоди і ягоди попередньо перебирають, промивають кілька разів і варять. Груші і яблука варять 39—40 хв, родзинки — 5, інші сухофрукти — 12—20 хв.

Заморожені плоди і ягоди відтають, потім використовують у цілому вигляді або нарізають.

Нижче наводиться технологія приготування компотів, найпоширеніших в Україні в сільській місцевості.

Компот зі свіжих яблук або груш по-чернігівськи. Яблука або груші промивають, видаляють серцевину й нарізають на часточки (іноді очищають від шкірочки). Готують цукровий сироп, поміщають у нього часточки плодів і проварюють 6-8 хв. Для ароматизації можна додати цедру лимона, апельсина. Після охолодження вливають виноградне вино для поліпшення смаку.

Деякі сорти яблук (апорт, антонівка) і груш нарізають часточками й відразу заливають киплячим сиропом, після чого охолоджують.

Кількість продуктів, г: яблука — 341 або груші — 333, цукор — 150, кислота лимонна — 1,0, вода — 710. Вихід, г — 1000.

Компот з абрикосів або злив по-кримськи. Абрикоси або сливи промивають, розрізають навпіл і видаляють кісточки. Готують цукровий сироп, додають абрикоси або сливи, лимонну кислоту, доводять до кипіння й охолоджують.

При подачі розкладають у креманки або вазочки плоди й заливають компотом.

Кількість продуктів, г: абрикоси — 349 або сливи — 333, цукор — 150, кислота лимонна — 1,0, вода — 660. Вихід, г-1000.

Компот з консервованих фруктів. Яблука й персики нарізають часточками, сливи й черешні залишають цілими. Плоди і ягоди укладають у креманки й заливають сиропом. Останній з'єднують попередньо з водою, цукром, кип'ятять і охолоджують.

Кількість продуктів, г: персики, або айва, або абрикоси — 60, сироп від фруктів — 40, цукор — 10, вода — 45. Вихід, г — 200.

Компот із суміші сушених фруктів: сушені фрукти перебирають і кілька разів промивають у теплій воді. Яблука й груші заливають гарячою водою, додають цукор і варять при слабкому кипінні 15-20 хв, після чого додають урюк і варять ще 15-20 хв. За 5 хв до закінчення варіння додають родзинки. Компот охолоджують, додають лимонну кислоту.

Кількість продуктів, г: яблука — 12, груші — 14, урюк — 10, родзинки — 125, цукор — 100, кислота лимонна — 1,0, вода — 960. Вихід, г — 1000.

Узвар. Сухофрукти перебирають, 2-3 рази промивають теплою водою, заливають окропом і варять при закритій кришці. Сухофрукти закладають в окріп у викладеній вище послідовності. Потім узвар заправляють цукром і медом, доводять до кипіння й ставлять у холодне місце для настоювання.

Кількість продуктів, г: суміш сушених фруктів (яблука, груші, чорнослив, вишня, родзинки) — 25, цукор — 15, мед — 10. Вихід, г — 200.

Компот з моркви по-дружківски. Моркву нарізають соломкою, варять у воді, підкисленій лимонною кислотою. Додають цукор і гвоздику. Охолоджують.

Кількість продуктів, г: морква — 100, цукор — 20, лимонна кислота — 0,2, гвоздика. Вихід, г — 200.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ЖЕЛІЙОВАНИХ СОЛОДКИХ СТРАВ

До желюйованих холодцеподібних страв належать киселі, желе, муси, самбуки, креми. Желе готують із фруктових і ягідних соків, відварів, варення, фруктових есенцій, лікерів, молока з додаванням цукру

й желатину. Желатин попередньо замочують у холодній воді на 1-1,5 год. У підготовлений сироп додають желатин, доводять до кипіння й охолоджують. Якщо суміш виходить мутною, її освітлюють яєчним білком. Останній розводять рівним обсягом холодної води, вливають у суміш, доводять до кипіння й проціджують через тканину.

Готове желе повинне бути прозорим, кислувато-солодким, з ароматом плодів і ягід, з яких готувалося.

Желе можна готувати з додаванням у нього свіжих або консервованих плодів і ягід.

Збите желе являє собою іншу солодку страву — мус. Для його приготування, крім фруктово-ягідних соків, використовують всі види джемів, солодкі соуси, яблучне й абрикосове пюре.

Для приготування мусу гарячий сироп з'єднують із замоченим желатином, доводять до кипіння, охолоджують до температури 30—35 °С. Суміш збивають на льоді до утворення однорідної піни. При цьому обсяг суміші збільшується в 2-3 рази. У деяких випадках при приготуванні мусу желатин заміняють манною крупою.

При приготуванні самбуку пюре з'єднують із цукром і яєчними білками й збивають на льоді до збільшення обсягу маси в 2—3 рази. Потім при помішуванні вливають у масу розчинений і нагрітий желатин, перемішують і охолоджують. Мус і самбук розкладають у формочки й витримують при температурі 0—8 °С протягом 1—2 год. Подають із сиропом.

При приготуванні кремів звичайно використовують вершки, молоко, цукор, яйця, желатин і інші смакові й ароматичні продукти. Для приготування готують яєчно-молочну суміш, у яку вводять смакові, ароматизуючі речовини й розчинений желатин, потім з'єднують її зі збитими вершками. Масу розливають у форми й охолоджують.

Перед подачею форму із кремом опускають на кілька секунд у гарячу воду й перекладають у креманки або вазочки. Подають крем із фруктовим сиропом.

Представником желейних солодких страв є також кисіль. Для приготування киселів використовують свіжі й очищені плоди, соки, сиропи, джем, хлібний квас, молоко, крохмаль.

Для приготування фруктово-ягідних киселів краще брати картопляний крохмаль, тому що він утворює прозорий безбарвний клейстер, кукурудзяний — утворить непрозорий молочно-білий клейстер і використовується для приготування молочних киселів. За консистенцією киселі поділяють на густі, середньої густини й напіврідкі. Це пов'язано з кількістю уведеного крохмалю — відповідно 12—15 г, 8—10 г, 4—7 г. Крохмаль розводять трикратною кількістю води й вливають у киплячий сироп. Попереднє розведення крохмалю запобігає злипанню крохмальних зерен. Після заварювання крохмалю в кисіль вливають ягід-

ний сік. Додавання соку знижує температуру й охороняє кисіль від розрідження.

Після приготування киселі середньої густоти розливають у склянки, густі киселі — у формочки, змочені водою й посипані цукровою пудрою. При подачі густі киселі перекладають на тарілку й поливають фруктовим або ягідним сиропом. Напіврідкі киселі використовують для полірування биточків, пудингів, запіканок із крупи, макаронних виробів, сиру.

Желе «Пташине молоко»

Рецептура	Брутто
Сметана	900
Цукор	300
Какао	20
Желатин	45
Ванілін	1/2пач
Вихід 10 порцій	1250

Технологія приготування. Сметану з цукром збити міксером, додати ванілін та розігрітий на паровій бані желатин і всі це ретельно перемішати, розділити на дві частині. В одну з частину додати какао-порошок, ретельно перемішати. У ємність з високими краями виливають білу суміш, потім, як застигне, виливають суміш з какао та залишають для застигання.

Желе «Калейдоскоп»

Рецептура	Брутто
Сметана	80
Цукор	300
Ванілін	1/2пач.
Желатин	90
Желе фруктове (малина, ківі, апельсин)	3 пач.
Вода	540
Вихід 10 порцій	2000

Технологія приготування. Три різних фруктових желе окремо розчиняють у гарячій кип'яченій воді. Охолоджують потім ріжуть кубиками і хаотично викладають у ємність з високими краями і заливають збитою сметаною з'єднаною з цукром, ваніліном та желатином та залишають при температурі 0—8°С для застигання.

Малина в желе із червоної смородини по-лубенськи. Промиту смородину протирають через сито й віджимають сік. Мезгу заливають киплячою водою (80 мл), розмішують, доводять до кипіння й проціджують. У відвар уводять замочений у воді (20 мл) і прогрітий до розчинення желатин і порічковий сік. Ягоди малини кладуть у креманки або фужери, заливають желе й охолоджують.

Кількість продуктів, г: смородина червона — 80, вода — 100, малина — 60, цукор — 40, желатин — 2. Вихід, г — 150.

Яблука в желе із червоної смородини. Очищені від шкірки й серцевини яблука бланшируют у підкисленій воді, відкидають на друшляк, наповнюють варенням і доводять до готовності в жарочній шафі. Окремо готують на яблучному відварі порічкове желе, дають йому застигнути й подрібнюють, після чого кладуть у креманки або фужери. Потім кладуть на желе фаршироване варенням яблуко, оформляють його збитими вершками й подрібненими горіхами.

Кількість продуктів, г: яблука — 126, варення — 10, лимонна кислота — 0,02, вершки збиті — 40, горіхи фундук або волоські — 5, смородина червона — 4, цукор — 10, желатин — 2. Вихід, г — 155.

Желе «Палітра». З очищеної айви віджимають сік, мезгу використовують для відвару. У відвар вливають сік, додають кислоту. Кизил без кісточок варять 5 хв і протирають разом з відваром. Сушену шипшину подрібнюють, заливають гарячою водою, настоюють 2—3 год, потім варять у закритому посуді 20 хв, охолоджують і проціджують. У кожний відвар окремо додають цукор і підготовлений желатин, доводять до кипіння й охолоджують. У креманку наливають шар желе із шипшини, дають йому застигнути, потім — желе айвове й кизилове. Виходить тришаровий десерт, який ставлять у холодильник на 1 год.

Кількість продуктів, г: айва — 45, кизил — 18, шипшина — 15, цукор — 21, желатин — 2, лимонна кислота — 0,2, вода — 116. Вихід, г — 150.

Кисіль із моркви дитячий. Моркву натирають на тертці, віджимають сік. Додають воду й доводять до кипіння. Уводять цукор, лимонну

кислоту, підготовлений крохмаль. Доводять до кипіння. Охолоджують, розливають у склянки.

Кількість продуктів, г: морква — 50, цукор — 20, лимонна кислота — 0,4, крохмаль — 8. Вихід, г — 200.

Мус суничний «Пирятинський». Ягоди перебирають, промивають і протирають через сито. Отриману пюреподібну масу ставлять на холод. У воді розчиняють цукор, додають желатин і доводять до кипіння. Сироп з'єднують із отриманої раніше пюреподібною масою, додають лимонну кислоту. Суміш охолоджують до температури 30—35 °С, збивають на льоді до утворення пишної однорідної маси, розкладають у формочки й залишають для застигання. При подачі формочки поміщають на кілька секунд у гарячу воду, перекладають у креманки й подають із сиропом.

Кількість продуктів, г: суниця садова — 176, цукор — 120, желатин — 27, вода — 800. Вихід, — 1000.

Мус із моркви. Варену моркву натирають на тертці. Додають натерті свіжі яблука, родзинки (їх ретельно промивають і розпарюють в окропі), здрібнені горіхи, цукор, лимонну кислоту, корицю, перемішують. Розводять кип'яченим молоком. Уводять підготовлений желатин і збивають. Розливають у форми й охолоджують.

Кількість продуктів, г: морква — 340, цукор — 20, желатин — 6, кориця, лимонна кислота — 0,2. Вихід, г — 200.

Мус фруктовий на манній крупі. Яблучне або абрикосове пюре з'єднують із цукром, заливають водою й доводять до кипіння. У сироп уводять просіяну манну крупу й варять при помішуванні 5—6 хв. Іноді варять рідку манну кашу із цукром, потім з'єднують із пюре. Отриману тим або іншим способом масу охолоджують до 35°С, збивають до утворення піни, розкладають у формочки й витримують протягом 2 год при температурі 0—8 °С. Подають мус із сиропом.

Кількість продуктів, г: яблука — 341, цукор — 150, крупу манна — 80, вода — 750, кислота лимонна — 1,5. Вихід, г — 1000.

Самбук абрикосовий. Абрикоси перебирають, промивають, видаляють кісточки, після чого заливають невеликою кількістю гарячої води й варять 10—12 хв. Зварені абрикоси протирають, з'єднують із цукром і охолоджують, додають лимонну кислоту і яєчний білок.

Суміш збивають на льоді до утворення пишної маси. Замочений желатин з'єднують із невеликою кількістю води й нагрівають до 45—50 °С, потім його проціджують і тонким струмком вливають у збиту ма-

0 °С, потім його проціджують і тонким струмком вливають у збиту масу. Останню розкладають у формочки й залишають у холодному приміщенні для застигання. Подають із сиропом.

Кількість продуктів, г: абрикоси — 756, цукор — 400, желатин — 15, яйця (білки) — 2 шт., лимонна кислота — 1,0, вода — 420. Вихід, г — 1000.

Крем ванільний «Полтавський». Яйця розтирають із цукром і розводять кип'яченим молоком, безупинно помішуючи, суміш нагрівають до 70 °С. У підготовлену суміш додають попередньо замочений желатин, а потім після його розчинення додають ванілін, перемішують і охолоджують до 25—30 °С.

Збивають вершки й додають у них порціями яєчно-молочну суміш. Отриманий крем розливають у формочки й охолоджують. При подачі формочки занурюють у гарячу воду, струшують і перекладають у креманки або вазочки. Подають із сиропом.

Кількість продуктів, г: вершки 35 % жирності — 700, цукрова пудра — 200, молоко — 20, яйця — 15 шт., ванілін — 0,15, вода (для желатину) — 160. Вихід, г — 1000.

Крем суничний-садовий. Суницю перебирають, промивають і протирають через волосяне сито. Збиті вершки з'єднують із охолодженим суничним пюре, вливають яєчно-молочну суміш із желатином. Крем розливають у форми. Подають із ягідним сиропом. Для приготування сиропу ягоди протирають, уводять у гарячий цукровий сироп і охолоджують.

Кількість продуктів, г: суниця (садова) — 152, вершки — 400, цукор — 150, молоко — 211, яйця — 2 шт., желатин — 20, вода (для желатину) — 160. Вихід, г — 1000.

Кисіль із суниці. Ягоди перебирають, видаляють плодоніжки й промивають холодною водою, після чого для одержання полуничного соку протирають за допомогою сита. Віджимки заливають гарячою водою, додають цукор, лимонну кислоту, проварюють і проціджують. У проціджений відвар вливають попередньо розведений картопляний крохмаль, доводять до кипіння й припиняють нагрівання. Після заварювання крохмалю в кисіль вливають полуничний сік. Готовий кисіль для попередження утворення скоринки посипають цукром або цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: суниця — 141, крохмаль картопляний — 45, кислота лимонна — 2,0, вода — 870, цукор — 120. Вихід, г — 1000.

Кисіль із вишні. Вишні перебирають і промивають водою. У посуді, що не окислюється, з'єднують вишні із цукром і розминають дерев'яною маточкою. Сік зливають, а віджимки, що залишилися, проварюють із цукром і кислотою, після чого проціджують. У проціджений сироп, доведений до кипіння, додають крохмаль, охолоджений вишневий сік. Готовий кисіль розливають у креманки, посипають цукром і охолоджують.

Кількість продуктів, г: вишня — 172, цукор — 120,крохмаль картопляний — 45, вода — 850. Вихід, г — 1000.

Кисіль із яблук. Свіжі яблука промивають, нарізають скибочками, заливають гарячою водою й варять 15—20 хв. Яблука разом з відваром протирають, додають лимонну кислоту, цукор і нагрівають. У приготовану масу вливають крохмаль, доводять до кипіння, потім розливають у приготовлений посуд і охолоджують.

Кількість продуктів, г: яблука — 148, цукор — 100, крохмаль картопляний — 40, кислота лимонна — 0,5, вода — 985. Вихід, г — 1000.

Холодець із малини, полуниці або смородини. Ягоди прогрівають і протирають. У воду додають біле столове вино, цукор, лимонний сік, доводять до кипіння, з'єднують із протертими ягодами й охолоджують.

Кількість продуктів, г: малина — 146, полуниця — 176, смородина — 154, цукор — 30, вино — 25, вода — 90, лимонний сік — 16. Вихід, г — 175.

Холодець із вишень «Машевський». Вишні розминають, протирають через сито. Мезгу заливають водою, кип'ятять, проціджують. У відвар додають цукор, корицю, гвоздику, доводять до кипіння, вливають червоне вино, лимонний сік, з'єднують із протертими вишнями й охолоджують.

Кількість продуктів, г: вишні — 165, цукор — 40, вино червоне столове — 45, лимонний сік — 10. Вихід,м — 200.

Мус кизиловий «Золотий півник». Кизил варять, поки не стане м'яким, протирають у пюре, додають цукор, підготовлений желатин, доводять масу до кипіння. Дають їй охолонути. Мус збивають у густу піну, розливають у креманки й охолоджують.

Кількість продуктів, г: кизил — 48, цукор — 30, желатин — 1,5, вода — 98. Вихід, г — 150.

Желе «Веселка». Свіжу сметану вливають у посуд і нагрівають до кипіння. Гарячу сметану з'єднують із попередньо замоченим у воді й набряклим желатином, цукром, ваніліном і, безупинно помішуючи, доводять до кипіння.

Готову суміш розливають в 5—6 каструльок, у кожну додають різний барвник. Остиглу до температури 15—20°С масу розливають на металеві листи. Потім у кожному листі нарощують різні по забарвленню шари желе, залишаючи їх у холодильнику. При подачі фігурно ножем вирізують желе по одному шматку на порцію, кладуть у десертну тарілку, поливають фруктово-ягідним сиропом.

Кількість продуктів, г: сметана — 100, желатин — 3, цукор — 8, ванілін — 0,02, ягоди, фрукти, зелень (для фарбування) — 5.

Драглі молочні. Молоко упарюють із цукром у духовці. Уводять підготовлений желатин, нагрівають молоко до повного розчинення желатину. Додають біле столове вино, наливають у форми й охолоджують.

Кількість продуктів, г: молоко — 120, цукор — 20, желатин — 2, вино біле столове — 10. Вихід, г — 110.

Драглі абрикосові по-новосанжарськи. Абрикоси відварюють у невеликій кількості сиропу й протирають. Сироп проціджують, з'єднують із підготовленим желатином, лимонним соком і абрикосовим пюре, виливають у форму й охолоджують. Перед подачею форму опускають на 1 хв в окріп і викладають драглі на тарілку.

Кількість продуктів, г: абрикоси — 220, цукор — 30, лимонний сік — 10, желатин — 2. Вихід, г — 150.

Крем з вершків із фруктами і ягодами. Охолоджені вершки збивають до пишної стійкої піни, поступово додаючи цукрову й ванільну пудру. Готовий крем порційно розкладають у креманки й охолоджують у холодильній шафі 1—1,5 год. При подачі прикрашають ягодами або фруктами.

Кількість продуктів, г: вершки 35 % жирності — 96, цукрова пудра — 10, ванільна пудра — 1, фрукти або ягоди — 50. Вихід, г — 150.

Крем «Золотий горішок». Горіхи присмажують на сухій сковороді, подрібнюють, змішують (15 г) із цукровою пудрою, какао, ваніліном і вершками, після чого збивають суміш віночком до одержання пишної

маси. Крем випускають із кондитерського мішка в підготовлений посуд, посипають горіхами, що залишилися, і ставлять у холодильну шафу на 1,5—2 год для застигання.

Кількість продуктів, г: горіхи фундук або волоські — 20, цукрова пудра — 20, вершки 35 % жирності — 45, какао-порошок — 2, желатин — 2, вода — 16, ванілін — 0,01. Вихід, г — 100.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ГАРЯЧИХ СОЛОДКИХ СТРАВ

Гарячі солодкі страви готуються із продуктів, що містять велику кількість вуглеводів: борошна, крупи, цукру. Для їхнього приготування використовують також яйця, молоко, масло, плоди, ягоди. Все це говорить про велику живильну цінність гарячих солодких страв.

Одним із представників гарячих солодких страв є повітряний пиріг (суфле). Готують суфле із суміші молока і яєць або фруктово-ягідного пюре, з'єднаного зі збитими вершками. Останні є основою для всіх видів повітряного пирога, тому що надають виробам пишність і пористість. Збивати білки треба в охолодженому стані на льоді безпосередньо перед з'єднанням з іншими продуктами.

З'єднувати білки з іншими продуктами потрібно обережно, щоб вони не осіли. Випікають повітряні пироги в жарочній шафі при температурі 200—250 °С протягом 10—15 хв безпосередньо перед подачею. Подають суфле з холодним кип'яченим молоком або вершками.

Суфле ванільне. Яєчні жовтки добре розтирають із цукром, з'єднують із борошном і ваніліном. Масу розводять гарячим молоком і проварюють при помішуванні до загуснення. Яєчно-молочну суміш з'єднують зі збитими вершками, укладають на сковороду й випікають. Подають із молоком, посипавши цукровою пудрою.

Аналогічно готується суфле шоколадне й горіхове. Технологія їхнього приготування відрізняється тим, що замість ваніліну додають какао або шоколад, а в суфле горіхове — підсмажені із цукром і здрібнені горіхи.

Кількість продуктів, г: яйця — 2 шт., цукор — 40, борошно — 8, масло вершкове — 2, ванілін — 0,02, цукрова пудра — 5, молоко або вершки — 750. Вихід, г — 300.

Суфле яблучне «Сільський сюрприз». Яблука промивають, розрізають на частини, видаляють серцевину, насіння й запікають у духовці. Із запечених яблук готують яблучне пюре, з'єднують його із цукром і проварюють. Гарячу суміш вливають у збиті вершки. Суфле випікають і подають із молоком або вершками.

Кількість продуктів, г: яйця (білки) — 31/4 шт., цукор — 40, пюре — 50, масло вершкове — 2, рафінадна пудра — 5, молоко — 156 або вершки — 150. Вихід, г — 300.

Пудинг сухарний. Ванільні сухарі подрібнюють у вигляді кубиків. Жовтки яєць розтирають із цукром і розводять гарячим молоком. Суміш з'єднують із сухарями й залишають на 15 хв для набрякання, потім додають родзинки і збиті білки. Масу випікають у змазаних маслом формочках. Подають пудинг із солодким соусом.

Кількість продуктів, г: сухарі ванільні — 40, молоко — 80, яйце — 1/2 шт., цукор — 15, родзинки — 15, масло вершкове — 5, соус — 30. Вихід, г — 170.

Бабка яблучна «Дитяча радість». Яблука очищають від шкірочки, нарізають кубиками й пересипають цукром. Пшеничний хліб без кірки нарізають скибочками товщиною 0,5 см. Скибочки повинні відповідати розміру й формі посуду. Частину хліба, що залишилася, нарізають кубиками й підсушують. Форму змазують маслом і обкладають дно й стінки її скибочками хліба. Останні змочують із однієї сторони в суміші яєць, молока й цукру. Скибочки укладають змоченою стороною усередину. Підсушені кубики хліба змішують із яблуками, корицею й заповнюють форму, зверху покривають також скибочками хліба. Запікають бабку в духовій шафі. Перед подачею її викладають на блюдо й поливають солодким соусом.

Кількість продуктів, г: яблука — 70, хліб пшеничний — 65, молоко — 30, яйце — 10, цукор — 20, масло вершкове — 10, кориця — 0,2. Вихід, г — 200.

Запіканка манна із фруктами (каша гур'ївська). Молоко наливають у неглибокий посуд і ставлять у духовку. У міру утворення рум'яної пінки її знімають. Операцію повторюють кілька разів. На молоці, що залишилося, з додаванням солі й цукру варять манну кашу, кладуть горіхи, ванілін, масло вершкове, жовтки й добре перемішують. Отриману масу викладають на сковороду, змазану маслом, невеликим шаром, потім кладуть пінки й консервовані фрукти й знову шар каші. Поверхню розрівнюють, посипають цукром. Після запікання прикрашають кашу консервованими фруктами й молочними пінками. Окремо подають абрикосовий соус.

Кількість продуктів, г: молоко — 200, крупа манна — 55, масло вершкове — 10, яйце — 1/4 шт., цукор — 20, ванілін — 0,01, горіхи очищені — 15, фрукти консервовані — 75. Для соусу: курага — 25, цукор — 15. Вихід, г — 300.

Яблука печені «Бабусина радість». Яблука промивають і видаляють серцевину й насіння. Підготовані яблука укладають на лист. В отвір яблук насипають цукор, збризкують водою й запікають у жарочній шафі. Яблука укладають у креманки або на десертні тарілки, посипають цукровою пудрою, попередньо поливають сиропом.

Кількість продуктів, г: яблука — 92, цукор — 15, сироп — 30. Вихід, г — 110.

Яблука в тісті. Яблука промивають, очищають, видаляють серцевину й насіння й нарізають кружечками. Для приготування тіста жовтки яєць з'єднують із цукром, сіллю, сметаною й борошном. Потім при розмішуванні додають молоко й збиті білки. Кружечки яблук наколюють на кухарську голку, занурюють у тісто й швидко переносять у фритюр. При подачі яблука укладають на тарілку й посипають цукровою пудрою. Солодкий соус подають окремо.

Кількість продуктів, г: яблука — 100, борошно — 20, яйце — 1/2 шт., молоко — 20, сметана — 5, цукор — 3, сіль — 0,2, кулінарний жир — 10, рафінадна пудра — 10. Вихід, г-140.

Яблука, запечені в пісочному тесті. У середину яблука (видаливши серцевину) насипають цукор і корицю, тісто нарізають квадратиком, кінці квадратика з'єднують над яблуком, змазують яйцем і посипають цукром. Випікають у духовій шафі. Після випічки посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: яблука свіжі — 100, цукор — 20, кориця — 2; для тіста: борошно — 26, маргарин — 14, сода — 2, цукрова пудра або цукор — 9, яйце — 1/2 шт. Вихід, г — 120.

Яблука, фаршировані сиром. Яблука очищають, розрізають навпіл, у кожному видаляють серцевину. Для фаршу: сир з'єднують із сирими яйцями, цукром і ретельно перемішують. Половинки яблук заповнюють фаршем, укладають на змочений водою лист і запікають у духовці до готовності.

При подачі поливають ягідним сиропом або соусом.

Кількість продуктів, г: яблука — 100, сир — 66, яйце — 1/5 шт., цукор — 15, сироп ягідний — 30. Вихід, г-120/30.

Яблука по-київськи. Яблука очищають, вирізують серцевину. Яйце із цукром збивають і змішують зі сметаною й борошном. Поглиблення в яблуках заповнюють варенням, потім яблука укладають на змазаний жиром лист, заливають підготовленою яєчно-сметанною сумішшю й запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: яблука — 100, яйце — 1/2 шт., цукор — 25, борошно — 10, сметана — 20, варення — 20, маргарин — 3. Вихід, г — 150/30.

Яблука, фаршировані рисом і горіхами по-кременчуцьки. Яблука очищають, виймають у них серцевину й частину м'якоті (не прорізаючи яблука наскрізь). Горіхи подрібнюють, родзинки промивають. Варять рисову кашу на молоці із цукром. Рисову кашу з'єднують із родзинками, горіхами, вершковим маслом, яйцями, перемішують.
Яблука наповнюють фаршем, укладають на змочену водою сковороду й запікають. При подачі поливають варенням.

Кількість продуктів, г: яблука — 100, яйце — 1/4 шт., молоко — 20, рис — 5, цукор — 10, горіхи — 20, родзинки — 12, масло вершкове — 5, варення — 30. Вихід, г — 150/30.

Яблука печені зі збитими вершками. У яблук видаляють серцевину, в отвір, що утворився, насипають цукор і запікають у духовці. Вершки збивають до утворення пишної маси, горіхи присмажують і подрібнюють.
При подачі яблука поливають вершками й посипають горіхами.

Кількість продуктів г: яблука — 160, цукор — 20, горіхи — 30, вершки — 30. Вихід, г — 160.

Яблучний пудинг. Яблука очищають, видаляють у них серцевину, розрізають кожне на 4 частині й злегка обсмажують на вершковому маслі, остуджують. Для тіста: борошно, цукор, соду ретельно розмішують, додають масло, тепле молоко й збиті яйця. Все ретельно збивають. Тісто змішують із яблуками, укладають у форму, змазану маслом, і печуть у духовці 30 хв.

Кількість продуктів г: яблука — 200, борошно — 60, цукор — 20, масло вершкове — 10, молоко — 13, яйце — 1/4 шт., сода — 2. Вихід, г — 250.

Шарлотка яблучна по-пирятинськи. Яблука очищають, видаляють серцевину, нарізають часточками (на 6-8 шт. кожне) і варять до м'якості у воді з маслом і цукром, додають корицю.

Яйця збивають із цукром і, увесь час розтираючи, розводять холодним молоком. У цій суміші змочують скибочки черствої булки (без кірки), обкладають ними дно й стінки форми, змазаної вершковим маслом. Середину заповнюють підготовленою яблучною масою, зверху покривають скибочками булки, змоченої в яєчно-масляній суміші, і печуть у духовці 20-25 хв.

Кількість продуктів, г: яблука — 200, цукор — 13, вершкове масло — 10, яйце — 1/2 шт., молоко — 20, хліб білий — 120, вода — 13. Вихід, г — 250.

Повітряний пиріг з яблук. Яблука (найкраще антонівка) розрізають на кілька частин, видаляють насіння, кладуть на сковороду, змазану водою й запікають у духовці. Печені яблука протирають через сито. В отримане пюре всипають цукор і, помішуючи, варять, поки пюре не загустіє.

Яєчні білки охолоджують і збивають до густої піни. Кладуть у них гаряче пюре й добре розмішують. Приготовлену масу викладають у вигляді гірки на змазану маслом сковороду, розрівнюють поверхню й запікають у духовці 10-15 хв.

Подають відразу ж, посипавши цукровою пудрою. Окремо подають холодне молоко або вершки.

Кількість продуктів, г: яблука — 300 г, яйця (білки) — 6 шт., цукор — 200 г, цукрова пудра — 30 г. Вихід, г — 400.

Яблучний крем з ванільним соусом. Яблука очищають від шкірочки й видаляють серцевину; нарізають часточками, припускають у невеликій кількості води до м'якості й протирають. Масу збивають віночком, ароматизують її ваніліном.

Яєчні білки й цукрову пудру збивають у щільну піну, додають яблучне пюре й обережно перемішують. Викладають у креманку гіркою, навколо наливають ванільний соус.

Кількість продуктів, г: яблука — 85, яйце (білок) — ½ шт., цукрова пудра — 20, ванілін — 0,02; для соусу: яєчні жовтки — ½ шт., молоко — 50, цукор — 10, ванілін — 0,01 г. Вихід, г — 140.

Десерт «Забава». Яблука очищають від шкірочки й виймають серцевину, натирають на тертці із дрібними отворами. Окремо натирають моркву. У фужер кладуть шар моркви, потім шар яблук. Заливають виноградним соком.

Вершки збивають із цукровою пудрою й випускають у фужер на яблука. При подачі посипають здрібненими горіхами й шоколадом.

Кількість продуктів, г: яблука — 100, морква — 66, вершки (35 % жирності) — 50, цукрова пудра — 10, виноградний сік — 50, шоколад — 10, горіхи — 24. Вихід, г — 250.

Десерт «Святковий». Яблука очищають, видаляють серцевину, проварюють у сиропі. Охолоджують.

Шоколад розтоплюють на водяній лазні. Половину норми яблук наколюють на вилку, занурюють у шоколадну глазур і охолоджують. Яблука, що залишилися, розрізають навпіл; кожну половинку наповнюють сметанний мусом.

На кругле блюдо кладуть яблука в шоколаді і яблука з мусом, поруч — протерті в сиропі консервовані сливи. Окремо подають фруктовий соус.

Кількість продуктів, г: яблука — 107, цукор (для сиропу) — 25, шоколад — 25, сметана (35 % жирності) — 36, желатин — 2, цукрова пудра — 10, вода — 10, консервовані сливи — 20, соус фруктовий — 50. Вихід г — 210.

Киселиця по-котелевськи. Яблука очищають, видаляють серцевину, нарізають скибочками й відварюють разом зі зливами без кісточок, виймають із відвару, відціджують воду. В отриманий відвар додають цукор, корицю, всипають манну крупу й доводять до готовності. Киселицю розливають у порційний посуд у гарячому вигляді, охолоджують. При подачі поливають сметаною й обкладають яблуками й сливами.

Кількість продуктів, г: яблука — 49, сливи — — 50, цукор — 20, кориця — 1, манна крупа — 10, сметана — 20. Вихід, г — 200/20.

Пінник сирно-морквяний «Подив». Моркву припускають, з'єднують із пастеризованим сиром, цукром і протирають. Готують густий молочний соус, охолоджують його. Сирно-морквяну масу з'єднують із соусом і збивають.

Кількість продуктів, г: сир — 82, морква — 50, цукор — 10, молоко — 30, масло вершкове — 3, борошно — 3, вода — 30. Вихід, г — 175.

Крем «Київський». Варять рідку манну кашу на молоці з додаванням цукру й ваніліну, змішують її з какао, частиною збитих вершків і перемішують. Масу розливають у форми й охолоджують. Перед подачею оформляють збитими вершками.

Кількість продуктів, г: молоко — 50, крупа манна — 6, цукор — 15, ванілін — 0,01, вершки — 25, какао-порошок — 5. Вихід, г — 100.

Повидлянка. Сирі яєчні жовтки розтирають із половиною норми цукру й з'єднують із розтертим повидлом, вином, манною крупою й збитими білками. Отриману масу викладають у змазану форму. Зверху посипають цукром, змішаним зі здрібненими горіхами, і запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: повидло — 65, крупу манна — 20, вино столове — 5, яйце — 1/2 шт., цукор — 5, горіхи — 11, маргарин — 2. Вихід, г — 100.

Бабка з вишень. Підготовлені вишні посипають цукром. Сирі жовтки, залишок цукру, корицю й сметану добре перемішують, додають борошно, збиті білки й підготовлені вишні. Потім масу викладають у змазану форму й запікають у духовці.

Кількість продуктів, г: вишні свіжі — 51, цукор — 18, яйце — 1/2 шт., кориця — 0,5, сметана — 15, борошно — 15, маргарин — 2. Вихід, г — 100.

Пінник з абрикосів. З абрикосів видаляють кісточки й припускають, протирають, додають цукор, лимонну кислоту, перемішують і з'єднують зі збитими білками. Масу викладають у змазану маслом форму й запікають у духовці. Готовий пінник подають відразу ж у гарячому виді.

Соложеники яблучні. Вершки, розтерте із цукром вершкове масло, жовтки, лимонну цедру добре перемішують, всипають борошно й замішують рідке тісто. Перед випічкою вводять у тісто збиті білки. Випікають млинчики.

Яблука очищають від шкірки, дрібно нарізають, посипають цукром, додають вершкове масло й тушкують до готовності. Підготовленими яблуками начиняють млинці, загортають їх у трубочки, кладуть по 2 трубочки одна на іншу на сковорідку, заливають збитими білками й запікають.

Кількість продуктів, г: борошно — 30, вершки — 30, масло вершкове — 25, цукор — 25, яблука — 65, яйце — 1 шт., лимонна цедра — 2. Вихід, г — 200.

Соложеники вишневі по диканьківськи. Мигдаль обварюють окропом, знімають з нього шкірочку. Вершкове масло, цукор, яйця, мигдаль змішують і розтирають до однорідної маси. Потім додають здрібнену лимонну цедру, корицю, товчені й просіяні сухарі, вишні з варення, усе перемішують, вливають у змазану форму й випікають у духовці.

Кількість продуктів, г: сухарі терті — 23, яйце — 1 шт., масло вершкове — 25, мигдаль — 25, цукор — 13, вишні з варення — 40. Вихід, г — 130.

Пухкеники по-полтавськи. У киплячу воду кладуть масло, всипають борошно, цукор і швидко розмішують 1—2 хв, намагаючись, щоб тісто не прилипало до країв каструлі. Тісто охолоджують до 60—70 °С. Безупинно помішуючи, додають по одному жовтки, а потім збиті білки. Шматочки заварного тіста ложкою опускають у киплячий жир і обсмажують до золотавих кольорів.

Готові пухкеники посипають ванільним цукром. Подають гарячими з варенням або повидлом.

Кількість продуктів, г: борошно — 60, масло вершкове — 15, цукор — 15, яйця — 1,5 шт., жир — 25, варення або повидло — 30, цукор ванільний—3. Вихід, г — 140/30.

Пухкеники з варенням. У киплячу воду кладуть масло, цукор, всипають борошно, розмішують, щоб не було грудочок і кип'ятять ще 4 хв. Тісто охолоджують до 60—70 °С і вводять по одному яйця, безупинно помішуючи масу. Після повного охолодження тісто загустіє. З нього формують круглі маленькі пиріжки з варенням, дають їм підійти й смажать у киплячому жирі.

Кількість продуктів, г: борошно — 50, масло вершкове — 25, цукор — 10, яйце — 1/2 шт., варення — 125, жир — 25. Вихід, г — 250.

Рижанка по-решетилівськи. Роблять пряжене молоко, проціджують його, варять рисову кашу, додавши цукрову пудру, вершкове масло, сіль. Протирають, з'єднують із жовтками, збитими білками. Викладають у змазану форму, запікають 30 хв у негарячій духовці.

Кількість продуктів, г: молоко — 80, рис — 20, цукрова пудра — 20, масло вершкове — 10, яйце — 1/2 шт. Вихід, г — 130.

Вершківка по-уманськи. Готують сироп, додають у нього столове біле вино й розводять желатин, попередньо замочений у холодній воді. Проціджують, охолоджують.

Збивають у піну вершки, додають їх вроздріб у підготовлений сироп, що повинен почати густіти, і добре вимішують. Викладають у форми й охолоджують.

Кількість продуктів, г: вершки — 80, цукор — 30, вино — 10, желатин — 12. Вихід, г — 120.

Бабка горіхова звенигородська. Жовтки розтирають із цукром, поступово вводять здрібнені горіхи. Наприкінці додають здрібнену черству булку, з'єднану зі збитими яєчними білками. Викладають у форму й варять на парі. Подають із солодким соусом.

Кількість продуктів, г: горіхи — 50, цукор — 25, яйце — 1 шт., хліб — 40, фруктовий соус — 50. Вихід, г — 120/50.

Бабка макова. Мак ретельно промивають, ошпарюють окропом, дають воді стекти, охолоджують. Розтирають дерев'яною маточкою із цукром, здрібненими горіхами й жовтками. Наприкінці кладуть збиті білки, перекладають у форму й випікають у духовці. При подачі посипають цукром.

Кількість продуктів, г: мак — 30, цукор — 25, горіхи — 30, яйце — / шт. Вихід, г — 100.

Бабка з рису з яблуками. Рис відварюють на молоці з маслом. Додають цукор, яйця. Яблука нарізають кубиками й посипають цукром. Укладають у форму — шар рису, шар яблук. На кожний шар рису кладуть шматочок вершкового масла. Запікають у духовці. При подачі поливають сметаною, збитою із цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: рис — 20, молоко — 40, масло вершкове — 5, яйце — 1 шт., яблука — 125, цукор — 20, масло вершкове — 10, сметана — 20, цукрова пудра — 10. Вихід, г — 170/30.

Бабка з повидла. Повидло розтирають із черствою булкою, додають яєчні жовтки, цукор, сметану. Уводять збиті білки, вимішують, варять на парі. Подають зі збитими вершками.

Кількість продуктів, г: повидло — 40, хліб — 35, цукор — 20, сметана — 20, яйце — 1 шт., вершки — 30, цукрова пудра — 20. Вихід, г — 120/50.

Бабка гречана. Жовтки яєць розтирають із цукром і корицею, додають борошно, наприкінці — збиті білки й запікають у духовці. Подають гарячою, окремо — збиті із цукровою пудрою вершки.

Кількість продуктів, г: борошно гречане — 40, цукор — 30, яйце — / шт., кориця — 2, вершки — 30, цукрова пудра — 20. Вихід, г — 100/50.

Черешнянка по-золотоноськи. Черешні припускають, протирають через сито, додають цукор і сметану, розтерту з борошном. Запікають у духовці. Подають гарячої.

Кількість продуктів, г: черешня — 180, цукор — 30, сметана — 40, борошно — 20. Вихід, г — 200.

Гамула смачна. Яблука запікають у духовці, протирають. Додають цукор, борошно, добре перемішують і запікають. Подають із медом.

Кількість продуктів, г: яблука — 145, цукор — 10, борошно — 15, мед — 30. Вихід, г — 125/30.

Яблучний пломбір. Вершки, цукор і яєчні жовтки ретельно розтирають, ставлять на вогонь і варять до загуснення (у жодному разі не доводячи до кипіння), ставлять на холод, щоб вийшла напівзамерзла маса.

Яблука запікають, протирають через сито, змішують зі збитими вершками. З'єднують із напівзамерзлою масою, виливають у форму й охолоджують.

Кількість продуктів, г: вершки — 50, яйце (жовток) — 1 шт., цукор — 35, яблука — 125, вершки — 60 г.

Морозиво «Мальвіна». На дно креманки або салатника укласти трикутником 3 кульки морозива. На них покласти повітряний напівфабрикат у вигляді кільця діаметром близько 5 см. На нього покласти четверту кульку морозива, зверху — повітряний напівфабрикат у вигляді конуса. Між трьома кульками морозива вставити повітряні напівфабрикати у вигляді пік довжиною до 10 см. Укласти ягоди. Прикрасити піраміду сіткою із червоного джему.

Кількість продуктів, г: пломбір вершковий — 150, напівфабрикат повітряний — 15, джем вишневий або із червоної смородини — 10, фрукти консервовані — 25. Вихід, г — 200.

Морозиво «Вавілон». У креманку викладають 3 кульки морозива. Один поливають гранатовим соком, інший — виноградним соком, третій — залишають білим. Кожну кульку оформляють одним компонентом: обсмаженими горіхами, печивом, тертим шоколадом.

Кількість продуктів, г: пломбір вершковий — 150, сік гранатовий — 25, сік виноградний — 25, горіхи волоські або арахіс — 5, шоколад — 5, печиво — 5. Вихід, г — 215.

Цукати з апельсинових кірок. Кірку апельсина надрізають хрестоподібно на 4 частині й обережно відокремлюють від плоду. Щоб усунути гіркоту, кірки проварюють 2—3 хв у великій кількості води, потім перекладають у холодну воду й витримують 2-3 доби (воду

періодично міняють). Після цього кірки укладають ребрами в каструлю так, щоб вони щільно прилягали одна до одної, заливають гарячим сиропом і дають настоятися 5-6 год, потім варять 3-5 хв, знову настоюють.

Варіння з перервами повторюють 3-4 рази.

Кількість продуктів, г: апельсинові кірки — 600, цукор-1200, вода — 400. Вихід, г-1000.

Цукати з кавунових кірок. Кірки (краще товсті), без зеленої шкірки й м'якоті варять 5-10 хв поки вони не стануть м'якими, потім перекладають у гарячий сироп і дають їм настоятися 8-12 год. Після цього знову варять 3-4 рази з перервами, поки кірки не стануть прозорими.

Кількість продуктів, г: кірки кавунові очищені — 1000, цукровий пісок — 1000, вода — 600. Вихід, г — 1000.

Цукати з вишень. Вишні без кісточок засипають цукром або заливають сиропом і настоюють 6 год. Потім варять 5-8 хв і знову витримують 6 год. Після другого варіння й настоювання сироп зливають.

Кількість продуктів, г: вишні — 1000, цукор — 900, вода — 500. Вихід, г — 1000.

Цукати із груш. Груші, очищені від серцевини, варять цілком, половинками або четвертинками в підкисленій воді 8—15 хв, потім швидко охолоджують у холодній воді, після чого заливають гарячим сиропом, приготовленим на грушевому відварі, і настоюють 3—4 год. Знову варять 2—4 хв і знову настоюють 10—12 год. Варіння з перервами повторюють 3—4 рази, поки плоди не стануть прозорими. Для цукатів треба використовувати груші, які повільно розварюються.

Кількість продуктів, г: груші — 1000, цукор — 909, вода — 600, лимонна кислота — 11. Вихід, г — 1000.

Цукати з дині. Очищену від шкірки й серцевини диню нарізають однаковими шматками й варять 3—5 хв, потім перекладають у цукровий сироп і настоюють 8—10 год. Знову варять 5—6 хв і знову настоюють 8—10 год. Варіння з перервами повторюють 2-3 рази.

Кількість продуктів, г: диня — 1000, цукор — 800, вода — 600. Вихід, г — 1000.

Салат «Літо». Підготовлені плоди нарізають скибочками, злегка перемішують, укладають «гіркою» у салатник або скляну креманку. Сметану збивають віночком, поступово додаючи цукрову пудру, потім ви-

кладають на салат. Подають закуску на пиріжковій тарілці із чайною ложкою.

Кількість продуктів, г: персики — 40, яблука — 40, груші — 40, диня — 40, сметана — 30, цукрова пудра — 19. Вихід, г — 200.

Салат фруктовий. М'якоть кавуна нарізають кубиками, яблука й груші — скибочками, сливи розділяють на половинки й видаляють кісточки. Фрукти кладуть у креманки, злегка перемішують, зверху кладуть виноград. Оформляють салат збитою із цукровою пудрою сметаною.

Кількість продуктів, г: кавун — 30, сливи — 40, яблука — 39, груші — 39, виноград — 30, сметана — 39, цукрова пудра — 10. Вихід, г — 299.

Салат-коктейль «Садовий». Очищені яблука, груші, персики (абрикоси) нарізають кубиками, кладуть шарами у фужер і збризкують лимонним соком. Оформляють салат «шапкою» збитої із цукром сметани, ягодами винограду.

Кількість продуктів, г: яблука свіжі або консервовані — 25, груші свіжі або консервовані — 25, виноград — 10, персики свіжі або консервовані — 15, сметана — 20, цукор — 10. Вихід, г — 100.

Салат-коктейль фруктовий. М'якоть дині, нарізану кубиками, протягом 2—3 хв припускають у маслі з водою й охолоджують. Фрукти нарізають соломкою. Компоненти викладають у фужер шарами, зверху кладуть попередньо замочену сабзу. Оформляють салат «Гіркою» (майонез або сметана). Посипають меленою корицею.

Кількість продуктів, г: диня — 40, яблука — 20, сливи — 20, сабза — 5, вода — 5, масло вершкове — 1, кориця, майонез або сметана, збиті із цукром,— 20. Вихід, г-100.

Салат-коктейль гарбузовий. Очищений гарбуз, нарізаний кубиками, бланшируют 2-3 хв, відкидають на друшляк, потім кладуть у сироп і ставлять у холодильну шафу на 2 год. Очищені яблука нарізають соломкою, кладуть у фужер, збризкують лимонним соком, потім кладуть гарбуз і поливають салат сиропом. Оформляють збитими вершками.

Кількість продуктів, г: гарбуз — 45, яблука або груші — 20, сік лимонний — 5, сироп яблучні або грушевий — 10, вершки збиті із цукром — 20. Вихід, г — 100.

Салат-коктейль «Десертний». Нарізані й покладені шарами апельсини, груші, яблука заливають соусом, приготовленим зі сметани й суміші сиропу й соків.

Кількість продуктів, г: апельсини — 20, груші — 20, яблука — 20, сметана — 20, сироп малиновий — 10, сік апельсиновий — 5. Вихід, г — 100.

Салат-коктейль «Медяний». Нарізані абрикоси, апельсини й частина гранатових зерен укладають шарами в креманку, заправляють сумішшю меду й сиропу, оформляють сметаною й зернами граната, що залишилися, .

Кількість продуктів, г: абрикоси або персики консервовані — 20, зерна граната — 10, апельсини або грейпфрути — 20, компот зі слив — 20, сметана — 10, мед натуральний — 10, сироп фруктовий — 10. Вихід, г — 100.

Салат-коктейль «Попурі». Очищені фрукти нарізають часточками або соломкою, змішують із ягодами, кладуть у фужер і поливають сиропом. Оформляють збитими вершками, випущеними з кондитерського мішка, і консервованими фруктами.

Кількість продуктів, г: полуниця або малина — 20, черешня або вишня — 20, апельсини або грейпфрути — 20, вершки збиті — 15, абрикоси або персики консервовані — 15, сироп (від консервованих фруктів) — 10. Вихід, г—100.

Грінки із сиром і фруктами «Фантазія». Дрібно натертий сир змішують зі здрібненими горіхами, додаючи потроху розтоплене масло з медом. Масу кладуть на грінки, щільно придавлюють, посипають сухарями й запікають.

Кількість продуктів, г: грінки — 50, сир твердих сортів — 20, горіхи волоські смажені — 10, сухарі панірувальні — 1, масло вершкове — 5, мед натуральний — 5. Вихід, г — 90.

Десерт «Чоловіча спокуса»

Рецептура	Норма вмісту в готовій страві або виробі, г
Груша	2000
Яблуко	300
Вино червоне десертне	400
Цукати	30

Рецептура	Норма вмісту в готовій страві або виробі, г
Кондитерський гель-лак	15
Укус 9 %	20
Цукор	100
Вода	20

Технологія приготування. Груші проварюють у червоному вині, охолоджують і нарізають скибочками по всій довжині й укладають віялом на дзеркальне блюдо. Вирізають фігурки із яблук у вигляді лебедів, метеликів, квіточок. Прикрашають дзеркальну поверхню навколо груші. Також прикрашають цукатами йз білої й червоної черешні. Яблука покривають кондитерським гелем-лаком. Крім того, художньо наносять карамельну павутину.

Фруктовий десерт

Рецептура	Брутто
Ківі	1 шт.
Яблуко	1 шт.
Банан	1 шт.
Апельсин	1 шт.
Виноград	100 г
Йогурт	150 г
Шоколад	50 г

Технологія приготування. Фрукти промити й обсушити. Банан, яблуко й апельсин почистити від шкірочки й порізати кружечками, виноград розрізати навпіл. Фрукти укласти шарами у фужер, полити йогуртом і посипати тертим шоколадом.

Цариця осені. На 10 порцій

Рецептура	Брутто
Гарбуз	1,2 кг
Кукурузне борошно	0,3 кг
Яйця	5 шт.

Рецептура	Брутто
Цукор	0,150
Молоко	0,4
Чорнослив	0,150
Масло вершкове	0,1

Технологія приготування. Гарбуз викарбований зовні, з видаленою із середини м'якоттю запікаємо в духовій шафі. Готуємо начинку: із кукурудзяної крупи, молока, масла, цукру, чорносливу готуємо кукурузну кашу й фаршируємо гарбуз.

Запечений гарбуз змащуємо кондитерським лаком або гелем.

Розділ 6



НАПОЇ ЧАРІВНИКА: НАПОЇ НА ПІДПРИЄМСТВАХ СПОЖИВЧОЇ КООПЕРАЦІЇ

Напої є обов'язковою приналежністю будь-якого столу в Україні, тому кулінарне мистецтво неможливе без уміння, красиво готувати й подавати каву й чай, коктейлі й пунші, крюшони й боули, кваси й меди.

Людство завжди тішило себе ілюзією знайти живлющу вологу, яка б угамувала спрагу й відновила втрачені сили. Тому протягом багатьох століть різні народи, у тому числі й український, створювали різні напої, пристосовані до умов їхніх країн, пов'язані з місцевими харчовими продуктами, національними вдачами й звичками. Кваси й меди — в Україні; щербети — на Середньому Сході; айрани — у степових і гірських районах Азії; чай зелений — у пустелях; чай чорний — від Фудзіями до мрячного Альбіону. У країнах мусульманського сходу населення зовсім не вживає спиртних напоїв — вони заборонені релігійними канонами, а у Франції, Італії, Іспанії, Португалії неможливо собі уявити обідній стіл без виноградного вина.

Людська винахідливість на терені створення різних напоїв воістину безмежна. Світова колекція рецептур змішаних напоїв, до складу яких, як вихідна сировина при виготовленні, входять різні вина, настої чаю і кави, натуральні плодово-ягідні соки, молоко, вершки, морозиво, плоди і ягоди, мед, цукор, яєчний жовток і білок, шматочки льоду й коньяк, ром, віскі, нараховують більше 1000 найменувань. В основі одних — хліб і борошно, інші містять ягідні й фруктові соки, до складу третіх входять мед або молоко.

Але всі вони мають загальну рису — вони поживні. Адже вміст угамування спраги зовсім не у вживанні великої кількості рідини, а у відновленні втрачених сил і використаних організмом живильних речовин. От чому майже всі напої, що втамовують спрагу, містять у собі натуральні соки, білки, ферменти, вітаміни, цукор і часом навіть жир. На жаль, основне призначення напоїв — відновлення втрачених сил — у наш час багато в чому забуте, і вживання багатьох штучних напоїв, спиртних напоїв не відповідає основній вимозі про живлющу воду.

Асортимент напоїв багато в чому залежить від бюджету, запитів, соціального стану. Наприклад, там, де переважають люди похилого віку, найчастіше готують чай, каву, какао, квас, морс; молоді обирають

каву й кавові напої, безалкогольні напої; на святковий стіл подають каву, алкогольні коктейлі, гроги, пунші, щербети, фліпи, фізи й ін. Одні напої готуються для тамування спраги й призначені для покриття потреби організму в рідині, інші містять тонізуючі речовини й збуджуюче діють на серцеву й нервову діяльність організму.

До складу багатьох напоїв входять висококалорійні продукти, і тому напої значно підвищують калорійність добового раціону.

По температурі подачі всі напої поділяться на дві групи:

— холодні, які подаються з температурою + *2* — + 10 °С;

— гарячі, подавані з температурою 70 — 80 °С и 90 — 95 °С.

По складу продуктів, використовуваних для приготування напоїв, вони поділяються на: однорідні напої, змішані напої.

Змішані напої є найбільш численною групою й у свою чергу діляться на безалкогольні й алкогольні. Безалкогольні змішані напої бувають молочні, фруктові, щербети, кавові, чайні, пивні.

Алкогольні напої діляться на горілчані, коньячні, ромові, із шампанським, джином і віскі, винні.

До безалкогольних змішаних молочних напоїв належать молочні коктейлі, молочні фруктові коктейлі, наприклад, коктейль персиковий, коктейль сливовий, молочний крюшон, коктейль абрикосовий з морозивом і ін.

Широке поширення одержали фруктові безалкогольні змішані напої, які подаються цілий рік. Гарячі змішані напої подаються при температурі 70 °С у керамічних, фаянсових і порцелянових чашках, а холодні — у кришталевому й скляному посуді, високих келихах, фужерах, склянках різної форми. До цієї групи напоїв належать коктейль полуничний, напій лимонний з льодом, лимонад абрикосовий, крюшон персиковий, крюшон дитячий, фліп яблучний, фіз порічковий, морс малиновий, квас журавлинний і т.д. До цієї ж групи напоїв відносять також щербети — напої, що містять фруктові компоненти й морозиво. Щербети подають у фужерах із соломинкою й ложечкою, прикрашають збитими вершками, посипаними щіпкою меленої кави. Прикладом щербетів є щербет яблучний, полуничний, малиновий, апельсиновий, горобиновий, фруктовий і ін.

До кавових безалкогольних напоїв належать різні види кави (із цукром, з молоком, віденська, по-східному, по-варшавськи, по-італійськи, по-мексиканськи, кава гляссе й ін.).

Чайні напої й чай користуються найбільшою популярністю серед населення України. Готують чай на основі заварки. У гарячому стані подають його в порцелянових і фаянсових чашках, у скляних склянках з підсклянниками, холодний чай і чайні напої подають у склянках різної форми й фужерах, із чайною ложечкою, а напій — з ложечкою й соломкою.

Останнім часом в Україні все більшого поширення набули чайні бальзами.

Змішані напої з алкогольними компонентами залежно від компонентів поділяються на міцні й десертні.

У міцних алкогольних коктейлях переважають горілка, коньяк, ром, віскі, джин. Найпоширенішими алкогольними напоями є коктейлі «Трійка», «Катюша», «Ракета», «Пелікан», «Схід», «Пальміра» (з горілкою); «Адміральський», «Київ», «Привіт», «Люкс» (з коньяком); «Куба», «Бакарді», «Гавана», «Екватор» (з ромом); «Мартини», «Рив'єра», «Сфінкс» (із джином); «Техас», «Бурбон» (з віскі) і ін.

До алкогольних міцних напоїв належать також шаруваті коктейлі, молочні коктейлі з алкогольними компонентами, гроги, пунші, глінтвейни.

Десертні коктейлі готуються на основі виноградних вин і фруктових компонентів. До десертних коктейлів належать коблери, фліпи, фізи, крюшони. При приготуванні коблерів на дно склянки або фужера кладуть дрібно колотий лід, зверху ягоди або дрібно нарізані фрукти й заливають виноградним вином. У якості ароматизаторів застосовують лікери й інші спиртні напої. Найпоширенішими напоями цієї групи є коблер-танго, коблер-мадера, Шампань-коблер.

Фліпами називається група змішаних напоїв, до складу яких входять яйця або тільки жовтки, а також алкогольні напої, що надають напою смак і аромат. Найчастіше готуються фліп вишневий, ромовий, фліп «Порто» й ін.

Особливістю фізів — алкогольних охолодних напоїв — є те, що до їхнього складу входить відносно велика кількість газованої води й льоду. Фізи подають у високих склянках ємністю 250—300 мл з ложечкою для змішування напою й соломинкою. Окремо на маленькому підносі ставлять сифон з газованою водою, посуд з льодом, кладуть ложечку для льоду. Найпоширеніші фізи: водка-фіз, фіз м'ятний, фіз «Золотий» і ін.

Спосіб приготування змішаних напоїв залежить від їхніх компонентів і призначення.

Існує чотири способи приготування змішаних напоїв: у шейкері, стакані-змішувачі, посуді подачі й у коктейлезбивателі.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ГАРЯЧИХ НАПОЇВ

З гарячих напоїв найпоширеніші чай, кава, какао, шоколад і ін.

ЧАЇ

Популярність чаю полягає в ароматі й смаку, у здатності вгамовувати спрагу й у сприятливому впливі на організм. Є безліч різновидів чаю: чорний, зелений, жовтий, червоний. Одних чорних сортів існує кілька сотень найменувань. Кольори чаю — лише зовнішнє відбиття

розходжень у біохімічних процесах обробки чайного листа. По характеру механічної обробки листя чаю можуть бути розсипними (байховими), пресованими або ж екстрагованими.

На якість чаю, його аромат, міцність, кольори настою, здатність впливати на організм людини впливають в основному з'єднання, легко екстрагуємі із сухого чаю, тобто розчиняються в гарячій воді й перехідні в чайний настій. Такими речовинами є танін, кофеїн, ефірні олії й ряд інших. Чим чай багатший на ці речовини, тим він високоякісніший й дає більш цінний настій. Вирішальний вплив на якість чаю чинить комплекс дубильних речовин — чайний танін (теотанін), що надає настою колір, терпкий в'язкий смак і здійснює фізіологічний вплив на організм людини. Танін не тільки надає напою терпкого, в'язкого смаку, але й значною мірою обумовлює його забарвлення. Одним з основних тонізуючих речовин чаю є алколоїд кофеїн. Саме завдяки йому чай сприятливо діє на центральну нервову систему, підвищує розумову активність, поліпшує травлення, сприяє правильній діяльності нирок. У чаї міститься вдвічі більше кофеїну ніж у каві. Але концентрація його в склянці чаю набагато менша, ніж у чашці кави й діє він на серцево-судинну систему м'якше.

Неповторний аромат надають чаю ефірні масла, багато хто з яких мають захід троянд, жасмину, конвалії, меду, цитрусів, гіркого мигдалю, кориці.

Чай багатий на вітаміни. У свіжому чайному листі вітаміну **С** у три-чотири рази більше, ніж у соку лимона або апельсина. Але при фабричній переробці кількість вітаміну **С** значно знижується. У зеленому чаї, що не піддається ферментації, кількість вітаміну **С** приблизно в 10 разів більша, ніж у чорному. Хоча вміст вітаміну **С** у чорному чаї невеликий, при заварюванні в настій переходить від 80 до 90 % аскорбінової кислоти. У комплексі з вітаміном **Р** підсилюється ефективність аскорбінової кислоти. Цей комплекс сприяє її накопиченню, затримці й використанню в організмі. Крім того, вітаміни **Р** і **С** сприятливо впливають на стінки кровоносних судин. У чаї містяться також вітаміни $\mathbf{B_1}$, $\mathbf{B_2}$, **РР**.

Без перебільшення можна сказати, що чай — національний напій багатьох народів України.

«Чай — напій не хмільний, можна його пити й склянка, й другу» — говорить прислів'я. Так, добре організований чайний стіл у сімейному колі або при зустрічі із друзями створює умови для теплого спілкування, гарної бесіди. Отут без горілки й вина добре «сидиться». А тому важливо вміти такий стіл створити, приготувати напій за всіма правилами кулінарного мистецтва й народної мудрості. От кілька практичних рад.

Вода для чаю повинна бути без надлишку мінеральних солей. Тому особливо гарна вода джерельна, гірська. Водопровідну найкраще ви-

тримати протягом 8-10 год, щоб вивітрились хлорний і «металевий» запахи. Звичайно, найкращий чай із самовару, а вода для заварювання найкраща, коли він шумить, тобто тільки закипає. У жодному разі не заварюйте чай водою повторного кип'ятіння.

Перед заваркою порцеляновий чайник варто сполоснути гарячою водою, а потім засипати туди чай з розрахунку одну чайну ложку на дві чашки, залити на дві третини окропом, закрити кришкою й накрити чайник щільною серветкою або рушником, що перешкодить зникненню ароматичних речовин, що містяться в заварці. Через 3—4 хв чайник треба долити гарячою водою, після чого заварку можна розливати по чашках.

Звичайно користуються маленьким заварним чайником. І, хлюпнувши в чашки небагато міцної заварки, доливають окропом.

На наш смак, любителям цього напою варто робити інакше. Чай потрібної міцності краще заварювати в більшому порцеляновому чайнику, як, скажімо, це роблять у Середній Азії із зеленим чаєм.

Ще порада трохи відмінна від сталої практики: чайник не слід накривати ляльками-мотрійками або подушками: чай після заварки не повинен зопрівати. І в жодному разі не ставте чайник із завареним чаєм на вогонь: остиглий і знову підігрітий чай майже повністю втрачає свої якості.

До чаю подають: цукор кусковий, мед, варення, цукерки, лимон, ягоди, фрукти, гаряче молоко або вершки, усіляку здобу, випечені кондитерські вироби й солодощі. Щирі цінителі чаю п'ють його без усяких доданків, а якщо й п'ють із цукром, то тільки вприкуску.

І ще порада. Не купуйте чай відразу надовго, тому що через 5-6 місяців зберігання він старіє, убираючи сторонні запахи, втрачає свої якості. А тепер корисно згадати про традиційне українське чаювання.

Стіл накрийте полотняною кольоровою скатертиною світлого тону. Кожному гостеві поставте десертну тарілку, на яку помістите красиво складену серветку. Поруч — десертний ніж і ложку.

Пиріжкові тарілки й розетки для варення поставте на стіл стопками по 4-6 штук.

Посередині столу можна помістити вазу із фруктами й невисокі, без різкого аромату квіти. На низьких вазах — нарізаний торт, тістечка, випічка, у вазочках на тонких ніжках — варення, мед. Цукор — у цукорниці або скляній вазочці, а цукерки — у розкритій коробці.

Нарізаний кружечками лимон помістіть на спеціальні лоточки.

Не забудьте прилади загального користування: щипці, лопаточки, вилки для лимону, ложки для варення й меду. На чайний стіл ліворуч ставлять самовар на підносі, біля самовара — чайник і чашки, причому чашок повинно бути трохи більше, ніж гостей, тому що не прийнято наливати чай у чашку, якщо в ній залишився лимон.

Виконаєте всі ці умови, і вийде стіл гостинним. Не дарма в народі кажуть: «Умій гостей кликати, умій і пригощати!»

Чай та цукор вам!

Словом «чай» в українській народній кухні називають і ряд інших гарячих напоїв: липовий, малиновий, брусничний і ін. Більшість із них застосовуються як лікувальні засоби від застуди (з липових квітів і сушеної малини), від хвороби нирок (із сухого листя брусниці) і т.д.

Найчастіше в Україні готують наступні види чаю:

***Чай з* цукром, медом, повидлом, лимоном.** Заварюють чай, розливають у склянки, ставлять на блюдце, на яке кладуть чайну ложку. Цукор, варення, мед, лимони подають окремо на розетці.

> ***Кількість продуктів, г:*** чай — 1, цукор — 15 або варення, мед — 30 або повидло — 40. Вихід: 200/15 або 200/30, або 200/40.

Чай з молоком або вершками. Заварюють і подають чай. Вершки або молоко кип'ячене з пінкою подають окремо гарячим в молочнику.

> ***Кількість продуктів, г:*** чай — 1 (чай-заварка 50 мл), цукор — 15, молоко — 50 або вершки — 25, вода для чаю з молоком — 100, з вершками — 125. Вихід: з молоком 150/50/15; з вершками 175/25/15.

Чай парами чайників. У малому чайнику ємністю 250—350 $см^3$ заварюють чай, в інший, доливний, чайник ємністю 1000—1500 $см^3$ — наливають окріп. Окремо подають до чаю цукор, мед, бублики, пиріжки й інші борошняні вироби.

> ***Кількість продуктів, г:*** чай чорний для заварки — 4, вода — 216; цукор подають на розетці по 15 і 30. Ви хід, г — 200.

КАВА

Кава в продаж надходить у зернах і мелена. Сирі кавові зерна обсмажують, потім подрібнюють. Зерна можуть надходити й обсмажені. Мелену каву можна змішати із цикорієм.

Кава! Мільйони людей на всій планеті віддають перевагу цьому тонізуючому напою.

Згідно із рукописними відомостях, що збереглися, кава була відома в Аравії й Персії ще в 875 г. Відповідно до одних історичним даних, назва «кава» походить від найменування місцевості Кефа, що в Ефіопії, тому батьківщиною кавових рослин уважають Ефіопію. За іншими даними, «кава» походить від арабського слова «каави», звідси й назва «арабська кава».

У цей час установлено, що батьківщиною кави є прилягаючі до Червоного моря північно-східні райони Ефіопії, південно-західні райони Саудівської Аравії і Ємен.

Перша у світі кав'ярня була відкрита в 1554 г. у Константинополі. Відомості про кавове дерево просочилися в Європу наприкінці XVI століття, а в 1615 г. перші мішки кави з Туреччини кораблями флоту були доставлені в Європу. У Лондоні перша кав'ярня відкрилася в 1652 г. У Франції першим розповсюджувачем кави став посол турецького султана, і незабаром кава стала модною при королівському дворі. В 1702 г. італієць Прокоппо дель Костелі відкрив у Парижі кав'ярню «Прокіп», що збереглася до наших днів.

В Україні й Росії кава з'явилася на початку XVIII століття з Нідерландів і Німеччини.

У цей час каву вирощують більш ніж в 70 країнах Азії, Африки, Латинської Америки й Океанії. Однак найбільшої кавовиробляючою країною світу є Бразилія, на частку якої доводиться припадає 40 % світового виробництва й експорту сирої кави.

На світовому ринку сорти кава звичайно називаються за тієї країною, де кава виробляється: аравійська (єменська), бразильська, колумбійська, гватемальська, індійська, але кращою з них уважається аравійська, або мокко.

За своєю структурою кавовий плід — кістянка, ягода червоного кольору. У солодкій м'якоті цієї ягоди заховані два насінини, що прилягають одна до одної плоскими боками. Ці насінини і є кавові зерна. Властивостей, притаманних чудовому напою, вони набувають тільки після того, як їх обсмажать.

У процесі обсмажування губиться значна частина води, а саме зерно збільшується в обсязі до 30—50 % і легшає — у середньому на 18 %. Істотні зміни перетерплює цукор, він і надає коричневого забарвлення настою.

В обсмажених зернах утворюються нові ароматичні й смакові речовини, що надають каві специфічних, властивих тільки їй властивостей. Летучі ароматичні речовини, або кафеоль, містять фурфурол і фурфуроловий спирт, ацетон і оксиацетон, феноли й інші речовини.

Тонізуючі властивості мають головне дві речовини, що міститься в каві, — це кофеїн і хлорионова кислота. Причому вміст кофеїну коливається від 0,6 до 2,4 % (у середньому 1,25 %), а хлорогенової кислоти — 7—8 % (на суху речовину). У чистому вигляді кофеїну в зернах небагато, більша його частина перебуває в з'єднанні із хлорогеновокислим каменем. Щоб кава мала тонізуючі властивості, вона повинна містити 0,1—0,2 г кофеїну. Якщо заварити одну чайну ложку кави на склянку води, напій буде відповідати цим вимогам. Вища доза кофеїну, припустима на один прийом, — це 0,3 г.

Споживання кави в окремих країнах залежить від національних традицій і загального асортименту інших напоїв.

У всіх країнах спостерігається тенденція до інтенсивного збільшення виробництва кавопродуктів, що виробляються з різних кавозамінників. Це пояснюється не тільки коливанням кон'юнктури на світовому ринку, але й підвищенням попиту споживачів на кавопродукти, що не містять збудливих речовин.

Після натуральної кави цикорій є другою за цінністю сировиною, що використовується для виробництва кавопродуктів. Батьківщиною цикорію вважаються Єгипет і країни, що прилягають до Середземного моря. У цей час найбільшим виробником цикорію є Франція. В Україні цикорій вирощують у Хмельницькій і Житомирській областях.

Цикорій не має тонізуючих властивостей, але дуже приємний у смаковому відношенні, тому що дає міцний ароматний настій. До складу цикорію входять до 14—17 % інуліну й глюкозиду інтибіна (0,032—0,186 %) — речовини, що надають йому гіркого смаку. У ньому так само, як і в кафеолі, є фурфурол і фурфуроловий спирт, валеріанова кислота й ін. Розчинних речовин у смаженому цикорії більше, ніж у смаженій каві (от чому настій виходить густим і цикорій додають до натуральної кави).

Жолуді — один із кращих кавових замінників. Використовуються лущені жолуді. З 100 вагових частин жолудевої кава переходить у розчин: дубильних речовин — 1,25 %, декстрину — 10,55, цукрів що редукують — 2,5, азотистих речовин — 4,75, білкових речовин — 2, золи — 2,68 %.

Ячмінь також є одним із сурогатів кави. Відомо, що як замінник кави ячмінь у промисловому масштабі використовувася більш ніж сто років тому. Вирощують ячмінь на півдні України, у Криму. На переробку для виробництва кавових напоїв надходить ячмінь продовольчий, призначений для пивоварства, і кормовий. До складу ячмінного зерна входять, %: вода — 12—14, білки — 10—12, крохмаль — 45—55, ліпіди — 2,5—3, пентозани — 5—6, сахароза — 1,5—2, клітковина — 3,5—5, мінеральні речовини — 2,3—3.

У виробництві кавових напоїв використовують жито продовольче. На відміну від ячменя й інших злакових житнє зерно містить 1,5—2 % так званих слизів — речовин вуглеводної природи, розчинних у воді, що утворюють дуже грузлі й клейкі розчини.

Хімічний склад жита, %: вода 16—18, білки 7,2—9,9, ліпіди — 1,5—1,6, крохмаль 55—60, клітковина 1,6—1,9 і мінеральні речовини 1,5—1,7.

У кавовій промисловості в невеликій кількості застосовують вівсяне зерно. Овес містить, %: 9,5—10 білків, 32—35 крохмалю, 4,7—6 ліпідів, 10—12 клітковини й 3,2—3,5 % мінеральних речовин.

Висушені плоди шипшини є вітамінізуючими компонентами при виготовленні кавопродуктів. Найбільш багаті вони аскорбіновою кис-

лотою (5,5—14 %), вітаміном **Р** (до 2,5 %), провітаміном **А** (до 1,17 %), **В**, **В1**, **Е.**

До складу деяких рецептур кавових напоїв входять сушені яблука й груші. Їхній хімічний склад: загальних цукрів 35—45 %, органічних кислот 1,5—4 %.

Як замінник використається також морква сушена.

Для виробництва нерозчинних кавових напоїв велике значення має підбір суміші. Різні види сировини можуть дати неоднакові результати, тому суміші підбирають дуже ретельно.

Кава набуває аромат у процесі підсмажування сирих зерен. Уважається, що ефіри кавової й хінної кислот надають каві характерного смаку і аромату. Нижче наводиться технологія найпоширеніших видів натуральної кави.

Кава чорна. Каву чорну варять переважно в кавоварках. Напій виходить через екстрагування окремих порцій кави гарячою парою при надлишковому тиску. Закладають каву на кожну порцію, тобто на чашку ємністю 100 мл. Для поліпшення смаку напою вживати його рекомендується через 5—8 хв після приготування. Каву варять також у невеликих каструльках, спеціально виділених для цієї мети.

Перед її приготуванням каструльку обполіскують окропом, насипають мелену каву (по нормі), заливають окропом і доводять до кипіння, але не кип'ятять. Після цього каву відстоюють і зливають у кавник, або наливають безпосередньо в чашки, склянки й подають.

Розчинну каву готують тільки в невеликих чашечках. Каву заливають окропом і розмішують. До чорної кави можна подавати коньяк або лікер. Лимон і цукор подають на розетці; лікер і коньяк — у чарці.

> ***Кількість продуктів, г:*** кава натуральна — 6, цукор — 15, лимон — 1/8 шт. (маса нетто 7). Вихід, г — 100.

Кава з молоком або вершками. Чорну кава варять, як описано вище. Окремо в молочарі подають молоко або вершки, на розетці подають цукор.

> ***Кількість продуктів, г:*** кава натуральна — 60, вода — 1140, цукор — 150, молоко або вершки — 250. Вихід, г — 1000.

Кава на молоці (по-варшавськи). У зварену і проціджену чорну каву додають цукор, пряжене молоко й доводять до кипіння. Можна покласти молочну пінку, отриману при топленні молока.

> ***Кількість продуктів, г:*** кава — 8, цукор — 25, вода — 120, молоко пряжене для пінок — 85. Вихід, г — 200/5.

Кава з морозивом (гляссе). Варять чорну каву, проціджують, додають цукор і охолоджують. У келих кладуть кульку морозива й заливають охолодженою кавою.

Кількість продуктів, г: кава чорна — 100, цукор — 15, морозиво — 50. Вихід, г — 150.

Кава чорна зі збитими вершками (по-віденськи). У чорну каву додають цукор. При подачі в склянку або чашку з кавою вводять збиті із цукровою пудрою вершки.

Кількість продуктів, г: кава чорна — 100, цукор — 15, вершки 35 % жирності — 40. Вихід, г — 150.

Кава по-східному (по-турецьки). Дрібно розмелені зерна кави засипають у спеціальний посуд (турку), додають цукор, заливають холодною водою й доводять до кипіння. Подають каву в турці або переливають у кавові чашки не проціджуючи.

Кількість продуктів, г: кава натуральна — 10, цукор — 15, вода — 105. Вихід, г — 100.

КАКАО

Какао — напій, що готують з какао-порошку. Какао-порошок одержують із какао-макухи, що у свою чергу утворюється в результаті технологічної обробки какао-бобів (американських, азіатських). Какао-порошок одержують шляхом тонкого здрібнювання какао-макухи в порошкоподібний стан (близько 90 % часток мають розміри менш 35 мкм). Попередня обробка какао-продуктів лугами поліпшує смак, аромат і кольори какао-порошку. Кращими сортами какао є «Наша марка», «Золотий ярлик», «Экстра», «Золотий якір». Какао-боби, з макухи яких готують какао-порошок, — це спеціально оброблені й висушені насіння тропічного дерева какао-теброма. За рік можна одержати в середньому 1 кг бобів какао з одного дерева. Основними постачальниками бобів какао на світовий ринок є Африка (78 %), Центральна й Південна Америка (20 %), Азія й Океанія (2 %). У бобах міститься теобромін, кофеїн і інші речовини, що надають напою з какао-порошку неповторний аромат. У какао-порошку містить 14—17 % какао-масла, до 40 — вуглеводів, 20 % солей калію, фосфату. У домашніх умовах з використанням какао можна приготувати наступні змішані напої:

Какао з морозивом. Какао-порошок змішайте із цукровим піском, додайте невелику кількість дуже гарячого молока й розітріть до утво-

рення однорідної маси. Потім тонким струмком при безперервному помішуванні улийте в гаряче молоко й доведіть до кипіння. Напій охолоньте до температури 10—12 °С. Налийте напій у келих або фужер, поставивши його на десертну тарілку, покладіть в нього кульку морозива й подайте на стіл. До напою подайте ложечку або соломинку.

Кількість продуктів, г: какао-порошок — 1ч. ложка, цукровий пісок — 1,5 ч. ложки, морозиво — 1 кулька. Вихід, г — 200.

Напій шоколадний.

Кількість продуктів, г: какао зі згущеним молоком — 20, молоко — 80, у цей напій кладуть шоколадне вершкове морозиво. Вихід, г — 100.

Напій вершковий.

Кількість продуктів, г: какао зі згущеним молоком — 20, вершки 20 % жирності — 80. Вихід, г — 100.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ЗМІШАНИХ НАПОЇВ

Група змішаних напоїв найбільш численна. До неї належать молочні й кисломолочні коктейлі, фруктові й змішані напої (коктейлі, крюшони, фліпи, фізи, морси, кваси), напої з овочевих соків, щербети, змішані напої з алкогольними компонентами. Нижче наводиться ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ деяких змішаних напоїв.

КОКТЕЙЛІ

Коктейлі — це змішаний напій, що вперше з'явився в США під час проведення північних боїв. До його складу можуть входити різні лікеро-горілчані вироби, коньяк, ром, вина, цукор, соки, пряності й ін. Згодом коктейлі змінили своє первісне призначення й у наш час їх поділяють на:

- молочні (з незбираного молока);
- вершкові (основним продуктом є вершки);
- кисломолочні (основними компонентами цих напоїв є кефір, кисляк або ряжанка);

- дієтичні (знежирене молоко);
- фруктові (широкий набір продуктів, але основу становлять фруктові напої власного виробництва із фруктових соків, свіжих фруктів, сиропів);
- овочеві (готують їх з натуральних овочів, овочевих соків, іноді додають жовтки яєць);
- коктейлі з алкогольними компонентами (міцні й десертні);
- коктейлі із шампанським;
- коктейлі шаруваті.

Подають їх відразу після приготування. Зберігати готові коктейлі не можна. Більшість коктейлів п'ють через соломинку, що подають разом з напоєм або заздалегідь ставлять на стіл у вазочках. До коктейлів можна подати закусочні бутерброди, фрукти, сухе печиво, шоколад і інші кондитерські вироби, смажені горішки. Іноді келих, у якому подають коктейль, прикрашають цукровим обідком. Для цього змочують лимонним або апельсиновим соком краї келиха, а потім, перевернувши його, занурюють у цукрову пудру.

З молочних, вершкових і кисломолочних коктейлів можна порекомендувати наступні:

Коктейль молочний із сиропом. У посуд улийте холодне пастеризоване молоко, ягідний або фруктовий сироп і охолоджені вершки. Все це добре збийте віночком або в міксері й відразу ж подайте.

Кількість продуктів, г: ягідний або фруктовий сироп — 1 ст. ложка, молоко, вершки — 1—1,5 ст. ложки. Вихід, г — 250.

Коктейль «Юпітер». Край келиха натирають лимоном (або змочують лимонним соком) і опускають у цукрову пудру (на келиху повинен вийти цукровий обідок), злегка обтрушують (якщо замість лимона використовують апельсин або сік, то цукровий обідок буде рожевим). У міксері добре збивають вершкове морозиво, абрикосовий сік і холодне пастеризоване молоко. Цю суміш обережно (щоб не порушити цукровий обідок) вливають у підготовлений келих. Зверху кладуть збиті вершки.

Кількість продуктів, г: абрикосовий сік — 50, пастризоване молоко — 50, морозиво — 20, збиті вершки — 30. Вихід, г — 150.

Коктейль «Буратіно». До натертого на тертці шоколаду додають вершки, незбиране молоко пастеризоване й морозиво. Усі змішують, а потім збивають 1 хв. Розливають у склянки (фужери). Подають відразу ж.

Кількість продуктів, г: шоколад — 10, вершки — 20, молоко. — 60, морозиво — 50, цукрова пудра — 10. Вихід, г — 150.

Коктейль «Росинка». У шейкер вливають незбиране молоко й персиковий сік промислового виготовлення, кладуть морозиво. Усе збивають 30 с. Розливають у склянки (фужери). Подають відразу ж.

Кількість продуктів, г: молоко — 70, персиковий сік — 30, морозиво — 50. Вихід, г — 150.

Коктейль «Бурштиновий»

Кількість продуктів, г: молоко — 100 г, сироп фруктовий (червоний) — 25, сік яблучно-абрикосовий — 50, цукор — 5. Вихід, г — 175. Подають у келиху із цукровим обідком («інеєм»).

Коктейль «Слива»

Кількість продуктів, г: молоко — *750 г*, сік сливовий — 100 г, сироп фруктовий — 50 г. Вихід, г — 200.

Подають коктейль у високій склянці.

Коктейль кавово-ягідний

Кількість продуктів, г: морозиво — 100 г, сироп кавовий — 30, сік шипшини — 70 г. Вихід, г — 200.

Коктейль «Лавина»

Кількість продуктів, г: сік апельсиновий — 75 г, сік лимонний — 25, сироп вишневий — 35, цукрова пудра — 15 г. Вихід, г — 150.

Подають коктейль у склянці з льодом.

Коктейль «Мирний». Пепсі-колу (її не збивають у шейкере) доливають до напою в посуд подачі, розмішують ложкою. При подачі коктейль прикрашають часточкою лимона.

Кількість продуктів, г: Сік лимонний — 10, сік яблучний — 100, цукрова пудра — 20, Пепсі-кола — 50, лимон — 15. Вихід, г — 200.

Коктейль «Каприз»

Кількість продуктів, г: Сік манго — 100 г, охолоджений кава чорна 50, кава мелена — 2 г. Вихід, г — 150.

При подачі коктейль посипають меленою кавою.

Коктейль «Ягідка».

Кількість продуктів, г: сік яблучний — 100 г, сік лимонний — 25, сироп малиновий — 25, цукор — 5 г. Вихід, г — 150.

Коктейль подають у склянці, прикрашеній цукровим обідком.

Коктейль «Свіжість».

Кількість продуктів, г: сік яблучний — 100 г, сік лимонний — 25, цукрова пудра — 10, цукор — 5 г. Вихід, г — 135.

Посуд подачі прикрашають цукровим обідком.

Коктейль «Захід».

Кількість продуктів, г: сік яблучний — 100 г, вершки 35 % жирності — 25, сік лимонний — 25, сироп малиновий — 25, цукор — 5 г. Вихід, г — 175.

Посуд подачі прикрашають цукровим обідком.

Коктейль «Бадьорість».

Кількість продуктів, г: сироп малиновий — 25 г, сік яблучний — 50, цукрова пудра — 10, сік малиновий — 25, вода газована — 50 г. Вихід, г — 160.

Газовану воду із сифона доливають до напою в посуд подачі.

Коктейль «Десерт фруктовий».

Кількість продуктів, г: сироп апельсиновий — 25 г, сік манго — 75, вода газована — 50. Вихід, г — 150.

Газовану воду із сифона доливають до напою в посуд подачі.

Фіз «Поле».

Кількість продуктів, г: сік лимонний — 25 г, сироп фруктовий — 25, вода мінеральна або газована — 100, мед натуральний — 50 г. Вихід, г — 150.

Коктейль «Північна зірка».

Кількість продуктів, г: сироп м'ятний — 25 г, сік березовий — 75, вода газована — 50 г. Вихід, г — 750.

Газовану воду додають до коктейлю в посуд подачі, не перемішуючи, із соломинкою.

Коктейль «Оживання».

Кількість продуктів, г: сік лимонний — 25 г, сироп фруктовий — 25, молоко — 50, мед натуральний — 15, лимон — 10 г. Вихід, г — 115.

При подачі коктейль прикрашають часточкою лимона.

Коктейль «Альбатрос».

Кількість продуктів, г: морозиво пломбір — 50 г, вершки 10 — 15 % жирності — 50, сік апельсиновий — 75, шоколад — 5 г. Вихід, г — 180.

При подачі коктейль посипають тертим шоколадом і ставлять соломинку великого діаметру.

Коктейль «Менует». У склянку наливають сік, пепсі-колу, потім кладуть збиті вершки й посипають їх цедрою.

Кількість продуктів, г: сік манго — 50, Пепсі-кола — 100, вершки збиті — 50, цедра апельсинова — 1. Вихід, г — 200.

Коктейль «Карусель».

Кількість продуктів, г: Сік березовий — 50 г, сироп з консервованих фруктів — 25, Тархун — 75, морозиво — 50 г. Вихід, г — 200.

Коктейль «Аеропорт». У келих наливають сік, кладуть кульку морозива й посипають його кавою.

Кількість продуктів, г: Сік апельсиновий — 100, морозиво — 50, кава мелена — 2. Вихід, г — 150.

Коктейль «Яблучний».

Кількість продуктів, г: Сік яблучний — 100 г, сік лимонний — 25, сироп вишневий — 25, вишня з компоту — 4 г. Вихід, г — 150. Коктейль оформляють вишнею.

Коктейль «Циган». У склянку кладуть морозиво, фрукти, наливають сік. Перед подачею додають лимонад. Коктейль прикрашають часточкою лимона.

Кількість продуктів, г: Морозиво — 50, сік лимонний — 10, лимонад — 90, фрукти консервовані — 50, лимон — 15. Вихід, г — 200.

Коктейль «Айс»

Кількість продуктів, г: сироп фруктовий — 25 г, вода мінеральна — 75, морозиво — 50 г. Вихід, г — 150.

Коктейль «Дивина»

Кількість продуктів, г: сироп фруктовий — 25 г, сік абрикосовий — 50, сік виноградний — 50 г, фрукти консервовані — 25 г. Вихід, г — 150.

Коктейль «Кава із шоколадом»

Кількість продуктів, г: сироп вишневий або черносмородиновый — 40 г, кава чорна проціджена — 100, морозиво — 40, шоколад — 5 г. Вихід, г — 180.

Оформляють коктейль тертим шоколадом, посипавши їм кульку морозива.

Коктейль «Південний»

Кількість продуктів, г: сироп малиновий або полуничний — 20 г, сироп виноградний або грушевий — 20, сік шипшини або гранатовий — 120, морозиво — 40, лимон — *7 г.* Вихід, г — 200.

Оформляють коктейль часточкою лимона, поставивши її «вітрилом» на кульку морозива, або зміцнивши її на краї келиха, або повісивши на шпажці.

Коктейль «Кавказ»

Кількість продуктів, г: сироп вишневий або черносмородиновий — 40 г, сік манго — 60, сік мандариновий — 60, Пепсі-кола, Тархун, Бахмаро — 40, свіжі ягоди — 10 г. Вихід, г — 200.

Коктейль «Ретро»

Кількість продуктів, г: сироп шоколадний — 30 г, сироп лимонний або апельсиновий — 30, сік яблучний прояснений — 120, морозиво — 20 г. Вихід, г — 200.

Коктейль «Бесіда». Каву й шоколад попередньо змішують і охолоджують. Збиті вершки випускають із кондитерського мішка через фігурний наконечник.

Кількість продуктів, г: сироп чорносмородиновий або вишневий — 40, кава чорна — 60, рідкий шоколад — 60, вершки збиті — 40. Вихід, г — 200.

Коктейль «Оригінальний». У скляну креманку спочатку наливають охолоджену суміш сиропу й вишневого соку, потім — суміш динячого й лимонного соку. Після цього в коктейль опускають нанизану на шпажку скибочку дині й оформляють напій збитим з виноградним соком білком і ягодами малини. Даний настій (сік) готують так: очищені довгі скибочки кладуть на підноси й рівномірно посипають цукром, потім поміщають у холодильну шафу на 2-3 години. Сік, що виділився, проціджують.

Кількість продуктів, г: сироп цукровий — 25, сік вишневий прояснений — 50, сік лимонний — 10, диня свіжа — 80, цукор — 20, яйце (білок) — 12, сік виноградний — 10, малина свіжа — 20. Вихід, г — 205.

НАПОЇ, ПРИГОТОВАНІ В ЕЛЕКТРОМИКСЕРІ

Соки використовують, як правило, з м'якоттю, непрояснені, тому що на першому плані — не кольори, а смак напою. Усе компоненти попередньо інтенсивно охолоджують, оскільки збивають їх без льоду. Подають напої у високих склянках, келихах, фужерах, креманках, із соломинками великого діаметру й, якщо необхідно, із чайними ложками.

Коктейль «Персиковий»

Сік персиковий — 30 г, сироп цукровий — 30, молоко — 90 г. Вихід, г — 150.

Коктейль «Гуляка». У келихи попередньо кладуть фрукти, при цьому їх можна прикрасити цукровим обідком. Подають коктейль із чайною ложкою.

Кількість продуктів, г: сироп фруктовий — 25, морозиво — 50, молоко — 50, фрукти консервовані — 50. Вихід, г — 175.

Коктейль «Посмішка»

Кількість продуктів, г: аґрусу — 50 г, сік виноградний — 50, морозиво — 50 г. Вихід, г — 150.

Коктейль «Флора».

Кількість продуктів, г: Морозиво — 50 г, сироп фруктовий — 25, Пепсі-кола — 100. Вихід, г — 175. У посуд подачі попередньо кладуть лід.

Коктейль «Лісовий».

Кількість продуктів, г: сік шипшини — 75 г, сироп фруктовий — 25, морозиво — 75 г. Вихід, г — 175.

Коктейль «Вітання».

Кількість продуктів, г: сік мандариновий — 50 г, Пепсі-кола — 100, морозиво — 50 г. Вихід, г — 200.

У посуд подачі попередньо кладуть лід.

Коктейль «Парнас».

Кількість продуктів, г: морозиво — 50 г, сироп шоколадний — 25, сік гранатовий — 75, кава мелений — 2 г. Вихід, г — 150.

При подачі коктейль посипають кавою.

Коктейль «Вир»»

Кількість продуктів, г: морозиво — *100 г,* Пепсі-кола — 75, вершки, збиті із цукром — 25, шоколад — *2 г.* Вихід, г — *200.*

Коктейль із медом. У міксері збивають яєчні жовтки, додають мед, сік чорноплідної горобини, охолоджене кип'ячене молоко. Збивають 1,5—2 хв. Подають із кубиками харчового льоду.

Кількість продуктів, г: яєчні жовтки — 3 шт., мед натуральний — 1 ст. ложка, сік чорноплідної горобини — 1 склянка, молоко — 2 склянки, 4—8 кубиків харчового льоду.

Коктейль «Осінній захід». У міксер вливають сік чорноплідної горобини, холодне пастеризоване молоко, кладуть морозиво. Всі добре збивають. Подають відразу.

Кількість продуктів, г: сік чорноплідної горобини — 0,5 л, молоко — *1* склянка, морозиво — 100.

Коктейль «Північний візерунок». У міксер (шейкер) вливають холодний кефір (кисляк) і сік чорноплідної горобини, додають цукрову пудру. Все добре змішують. Подають із кубиками харчового льоду.

Кількість продуктів: сік чорноплідної горобини — 1 склянка, кефір — 2 склянки, цукрова пудра — 2 ч. ложки, 4 кубики харчового льоду.

Лимонний коктейль. Відіжміть у міксері лимонний сік, додайте цукровий пісок, яєчний жовток, молоко й вершкове морозиво. Добре збийте й розлийте в склянку або 2—3 маленьких стаканчика, збризкайте соком лимонної цедри.

Кількість продуктів: лимон — 1/2 шт., цукровий пісок — 1 ст. ложка, яєчний жовток — 1 шт., молоко — *1/2* склянки, морозиво — *1* — 2 ст. ложки.

Коктейль «Дачний». У шейкері збивають яєчний жовток, додають сік чорноплідної горобини, холодне пастеризоване молоко й сік лимону. Все добре збивають, подають відразу.

Кількість продуктів: сік чорноплідної горобини — 1 склянка, молоко — 2 склянки, лимон, яєчний жовток

Коктейль «Дитячий». У склянку кладуть варення із чорноплідної горобини і яблук, додають кефір і добре перемішують. Напій злегка охолоджують. Його найкраще готовити з холодним кефіром. Напій можна приготувати в міксері.

Кількість продуктів: варення із чорноплідної горобини — *2 ч.* ложки, яблучне варення—*1—2 ч.* ложки, кефір — 1 склянка.

Коктейль із морозивом. У міксер кладуть фруктове морозиво (молочно-фруктове), варення із чорноплідної горобини, додають ряжанку (кефір). Все добре збивають. Проціджують у келих (склянку) і відразу подають.

Кількість продуктів: морозиво — 25 г, варення із чорноплідної горобини — 2 ч. ложки, ряжанка — 1,5 склянки.

Найпоширенішими є коктейлі з алкогольними компонентами:

- коктейлі на основі лікеро-горілчаних виробів, коньяку й вин: «Болгарський коктейль», «Дамський коктейль», «Чоловічий коктейль», «Вечірній коктейль», «Тип-топ», «Мокко-коктейль» і ін.;
- коктейлі на основі віскі й джина: «Манхеттен», «Мисливський», «Курортньй», «Прогулянка» й ін.;
- коктейлі на основі коньяку: «Три товариші», «Лицарський», «П’ять кутів» і ін.

Захоплюватися міцними коктейлями не рекомендується. Для приготування в домашніх умовах можна порекомендувати наступні коктейлі з алкогольними компонентами.

Коктейль «Айсберг». У келих (150—170 мл) улийте охолоджений апельсиновий сік, обережно налийте охолоджене шампанське (напівсухе) і відразу покладіть кульку морозива (за можливістю менш солодке). До коктейлю подайте соломинку.

Кількість продуктів: шампанське (напівсухе) — 100 г, сік апельсиновий — 1 ст. ложка, морозиво — 20 г.

Коктейль «Арктика». У високий конусний келих покладіть шматочки харчового льоду, консервовані фрукти, улийте коньяк, а потім охолоджене шампанське. До коктейлю подайте соломинку.

Кількість продуктів: шампанське — 1/3 склянки, коньяк — 1 ст. ложка, фрукти консервовані — 20 г, лід харчовий — 20 г.

Коктейль «Освіжаючий». У високий конусний келих покладіть кубики харчового льоду й шматочок цукру, улийте лимонний сік, а потім шампанське. Покладіть кружечок лимону. Подайте відразу ж після приготування, тому що виділення вуглекислого газу досить швидко припиняється й напій стає несмачним. Для цього коктейлю краще використати сухе або напівсухе шампанське, тому що воно «грає» довше, ніж солодке. Бажано, щоб при наповненні келиха шампанським утворилася «шапка» з піни — тоді коктейль буде особливо гарним. До напою подайте соломинку.

Кількість продуктів: лимон — 1 кружок, лід — кілька кубиків, лимонний сік — 1 ст. ложка, цукор — 1 шматочок, шампанське — 130 г.

Коктейль ананасовий. У великий келих покладіть кубики харчового льоду, скибочки ананасів, улийте цукровий сироп, ананасовий сік (або сік манго) і розмішайте. Улийте шампанське. У цьому напої шампанське можна замінити білим столовим вином. До напою подайте соломинку й ложечку для ананасів.

Кількість продуктів, г: цукровий пісок — 1 ст. ложка, вода — 1 ст. ложка, сік ананасовий або манго — 50 г, ананаси — 1 скибочка, шампанське — 100 г, лід — кілька кубиків.

З міцних коктейлів можна порекомендувати наступні:

Коктейль апельсиновий. У великий келих покладіть кубики харчового льоду й апельсинові часточки, улийте цукровий сироп, сухе че-

рвоне вино й апельсиновий сік, перемішайте. Для приготування цукрового сиропу в гарячій воді розчиніть цукровий пісок, доведіть до кипіння й зніміть піну, що утворилася, сироп процідіть. До напою подайте соломинку й ложечку для апельсинів.

Кількість продуктів, г: апельсини — 1/8 шт., цукровий пісок — 1 ст. ложка, вода — 1 ст. ложка, червоне вино сухе — 130 г, лід — кілька кубиків.

Пивний коктейль. Змішайте пиво й охолоджений чай (або лимонад), додайте цукровий пісок, добре змішайте, а потім збийте. Вилийте в склянку, на край його повісьте розрізану до половини скибочку лимону, збризкайте коктейль соком лимонної цедри.
Кількість продуктів: пиво — 1/2 склянки, чай охолоджений або лимонад — 1/2 склянки, цукор за смаком, скибочка лимона.
Коктейль «Буравчик». Змішайте складові частини в шейкері. Напій подають зі скибочкою лимона в келиху, що оформляють цукровою облямівкою. У цей напій лід не кладуть.

Кількість продуктів, г: горілка — 50, лимонний сік — 25, лікер апельсиновий — 10, цукрова пудра — 10.

Коктейль «Полярна зірка». Готують напій у шейкері. Подають у келиху.

Кількість продуктів, г: горілка — 50, лимонний сік — 25, лікер м'ятний — 25.

Коктейль «Огірочок». Готують у шейкері. Подають у чарці. Напій посипають тертим мускатним горіхом.

Кількість продуктів, г: коньяк — 25, лікер м'ятний — 25, вершки свіжі 35 % жирності — 25, мускатний горіх за смаком.

Коктейль «Сніжна куля». Готують у шейкері. Подають у келиху, у який додають лимонад. Прикрашають скибочками лимону або апельсину. Напій п'ють через соломинку.

Кількість продуктів, г: лікер яєчний — 50, лимонний сік — 25, лимонад — 100.

Коктейль «Заспокійливий». У склянці змішують коньяк, білий вермут і апельсиновий лікер, проціджують. При подачі в склянку кладуть 2 шматочки харчового льоду.

Кількість продуктів, г: коньяк — 50, вермут білий — 25, лікер апельсиновий — 10, лід харчовий.

Коктейль «Соловей». Змішують складові частини в склянці. Подають у коктейльній чарці. Посипають тертим мускатним горіхом.

Кількість продуктів, г: джин — 50, лікер кавовий — 25, мускатний горіх — 1 шт.

Коктейль «Біла леді». Коктейль збивають у шейкері. Подають зі скибочкою лимону в келиху, що прикрашають цукровою облямівкою.

Кількість продуктів, г: джин — 50, лимонний сік — 25, лікер апельсиновий — 10, цукрова пудра — 10, яєчний білок — 1 шт.

Коктейль «Пташине молоко». Готують напій у шейкері. Подають у келихах із соломинкою.

Кількість продуктів, г: коньяк — 50, молоко свіже — 100, яєчний жовток — 1 шт., цукрова пудра — 20, мускатний горіх — 2 шт.

Коктейль «Кавовий». У чашку для пуншу наливають дуже міцну каву, кладуть цукор, додають віскі. Зверху кладуть збиті вершки.

Кількість продуктів, г: віскі — 50, кава чорна натуральна — 100, цукрова пудра — 29, вершки збиті 35 % жирності — 50.

Коктейль «Російський ведмідь». Готують напій у шейкері. Подають у келиху, посипають мускатним горіхом. Лід не кладуть.

Кількість продуктів, г: горілка — 50, лікер кавовий — 25, вершки свіжі 35 % жирності — 25, мускатний горіх — 1 шт.

Коктейль «Вечірній захід». Це міцний коктейль. Готують його в конусній склянці (250 г). Беруть харчовий лід, додають цукровий сироп, лимонний сік, вишневий лікер, горілку, вишневий сік або червоне сухе вино, дві третини вишні, кружок апельсина або лимона. Склянку попередньо прикрашають цукровою скоринкою. Роблять це так. Обідок склянки змочують зсередини й зовні лимонним або апельсиновим соком, потім обережно опускають його в блюдце із цукровим піском або товченим цукром. Келих наповнюють компонентами до нижнього краю цукрової скоринки. До коктейлю подають соломинку.

Кількість продуктів, г: цукровий сироп — 20, лимонний сік — 30, вишневий лікер — 20, горілки — 50, вишневий сік або червоне вино (сухе) — 30, 2— 3 вишні, кружок апельсина або лимона, лід — 4— 5 кубиків.

Коктейль «Асорті». Цей десертний коктейль готують у високій конусній склянці. У склянку кладуть харчовий лід, опускають соломинку з наколотими на неї консервованими вишнями або черешнями. Потім наливають лікер лимонний й рожевий, мадеру, десертний вермут і напівсухе шампанське (його наливають перед самою подачею коктейлю, тому що шампанське спінюється). У склянку кладуть часточку апельсина.

Кількість продуктів, г: лікер лимонний — 20, лікер рожевий — 20, мадера — 20, вермут десертний — 20, шампанське напівсухе — 10в.

Коктейль «Полярний». Це напівміцний коктейль. За кордоном такого типу коктейлі називають фліпами. Готують його на базі міцних напоїв, молочних виробів і яєць. Відокремлюють від білка жовток і збивають його, додають до нього цукровий сироп, мадеру, коньяк і ром. Збивають до піноподібного стану яєчний білок, додаючи до нього молоко. Підготовлені компоненти змішують і розливають у конусні склянки. Оформляють коктейль збитими вершками й свіжими ягодами. До коктейлю подають соломинку. Бажано міцні компоненти збивати в міксері.

Кількість продуктів, г: коньяк — 20, ром — 20, мадера — 5, молоко — 100, цукровий сироп — 10, яйце — 1/ шт., збиті вершки — 10.

Коктейль «Кручені сходи». Це напівміцний коктейль. Готують його в широкій склянці. У склянку опускають у вигляді спіралі лимонну цедру, закріплюючи її одним кінцем за край. Кладуть харчовий лід, наливають лимонний лікер, десертний вермут, сухе біле вино, коньяк, додають лимонну кислоту, цукровий сироп. До коктелю подають соломинку.

Кількість продуктів, г: лікер лимонний — 30, лимонна цедра, лимонна кислота 3 % — 15, вермут десертний — 10, сухе біле вино — 60, коньяк — 30, цукровий сироп — 15, харчовий лід — 40.

Коктейль «Веселка». Міцний шаруватий коктейль. Готують його в келиху для шампанського (ємність 100 г). Компоненти наливаються по черзі за більшим змістом цукру, коньяк додають в останню чергу.

Кількість продуктів, г: лікер «Шартрез» — 20, лікер «Рожевий» — 20, коньяк — 100.

Коктейль «Кримська троянда». Це десертний коктейль, готують його у високій склянці, що попередньо прикрашають цукровою скоринкою. У склянку кладуть харчовий лід, вливають рожевий лікер, мускат або портвейн «Південнобережний», додають лимонну кислоту, кладуть консервовані фрукти (вишню або сливу), вливають напівсухе шампанське (перед самою подачею коктейлю).

Кількість продуктів, г: лікер рожевий — 30, мускат або портвейн — 30, лимонна кислота 3 % — 20, фрукти консервовані — 20, лимон — 1 часточка (на змочування ободка склянки), шампанське напівсухе — 60, харчовий лід — 60.

Горілка з томатним соком. Це коктейль легко приготувати вдома. В охолоджену горілку вливають томатний сік, посипають сіллю й перцем, додають лимон. Оформляють коктейль гілочками зеленої петрушки. До напою можна подати сирні палички або солону соломку.

Кількість продуктів, г: горілка — 50, томатний сік — 100, лимон — 1/10 шт., сіль, перець за смаком, гілочки зелені петрушки.

Коктейль «Пролісок». У конусний келих покладіть кубики харчового льоду, улийте апельсиновий лікер і виноградний сік, покладіть 1 вишню (консервовану) і улийте шампанське.

Кількість продуктів, г: лікер апельсиновий — 1 ст. ложка, сік виноградний — 1 ст. ложка, шампанське — 150, вишня — 1 шт., лід — кілька кубиків.

КРЮШОНИ

Належать до змішаних десертних напоїв. Основними компонентами є легкі виноградні вина й фрукти (свіжі, свіжоморожені, консервовані). Напій приправляється цукром, коньяком, шампанським і належить до вишуканих напоїв (довгого ковтка). Подають неодмінно в холодному стані. Приготування крюшону пов’язане з попередньою обробкою компонентів: промиванням і підготовкою фруктів і ягід, настоюванням, охолодженням. Наприклад, крюшон «Малиновий» готується в такий спосіб: малину промиту (90 г) засипають цукром (20 г), заливають половиною обсягу червоного столового вина (30 г) і ставлять на дві години в холодне місце. Коли ягоди вберуть вино, долива-

ють залишок. Вихід, г — 200. Розливають напій великою скляною або порцеляновою ложкою, захоплюючи разом з рідиною небагато плодів або ягід із дна посудини, — вони є гарніром, заміняють закуску. Крюшони подають у фужерах обсягом 200 мл із соломинкою й ложечкою для фруктів. Для охолодження напою додають 1—2 кубики льоду. Найбільш популярними крюшонами є «Вишневий», «Чайний», «Рожевий», «Лимонний», «Фантазія» й ін.

Крюшон суничний. Очищені й промиті ягоди, пересипані цукром, ставлять на 2 години в холодильну шафу.

Сік, що утворився, зливають у глечик, туди ж кладуть цукор, що не розчинився, додають лимонний сік і все ретельно перемішують, поки цукор не розчиниться. Ягоди розкладають у фужери, потім розливають настій, додають воду й злегка перемішують крюшон коктейльною ложкою.

Кількість продуктів, г: суниця — 500, цукровий пісок — 200, сік лимонний — 100, вода мінеральна — 600. Вихід, г — 1000.

Крюшон «Асорті». Лимонний сік і сироп з компоту змішують у глечику. Плоди розкладають у фужери, потім розливають суміш, перед подачею додають газований напій.

Кількість продуктів, г: компот асорті з консервованих плодів — 600, сік лимонний — 100; «Фанта», «Тархун», «Бахмаро» або мінеральна вода — 600. Вихід, г — 1000.

Крюшон цитрусовий. Перед подачею напій перемішують, оформляють часточкою лимона.

Кількість продуктів, г: сироп лимонний або апельсиновий — 20, сік лимонний — 10, сік апельсиновий — 40, сік манго або фейхоа — 30, фанта або лимон — 50, часточки лимона або іншого цитрусового — 20. Вихід, г — 150.

Крюшон кавуновий.

Кількість продуктів, г: Кавун — 4000 г, сік червоної смородини або гранатовий (прояснений) — 100, яблука — 200, вишня (без кісточок) — 200, цукати з кавунових кірок — 100 г. Вихід, г — 2400.

Перед подачею напій перемішують.

Охолодний напій з буряка. Очищений буряк протирають і віджимають сік. Додають цукор і варять до загуснення. Охолоджують. Вли-

вають охолоджену кип'ячену воду, сік чорної смородини й добре перемішують. У напій можна додати гвоздику, корицю або ванілін.

Кількість продуктів, г: буряк — 300, сік чорної смородини — 150, вода — 500, цукор — 100. Вихід, г — 1000.

Охолодний напій яблучно-лимонний. Яблука очищають від шкірочки й серцевини, натирають на тертці й віджимають сік (до використання його зберігають у холодильнику). Віджимки й шкірочку яблук заливають водою, додаючи цедру лимона, кип'ятять 3-5 хв, потім настоюють 10—15 хв і проціджують. Додають цукор і доводять до кипіння. Охолоджують. Вливають яблучний сік і сік лимона. Після цього добре охолоджують.

Кількість продуктів, г: яблука — 300, вода — 800, цукор — 180, лимон — 80. Вихід, г — 1000.

ФЛІП

Фруктовий коктейль із яйцем, готують із натуральних соків, змішаних з яйцем або жовтком яйця. Яйця, що додають у натуральні соки, пом'якшують смак, збагачують напій білками, жирами, мінеральними речовинами, сприяють кращому засвоєнню їжі. Готують ці напої у шейкері або коктейлевзбивалці безпосередньо перед подачею. Яєчний білок додають у коктейль збитим. Подають фруктові фліпи з льодом у конічних склянках ємністю 250—300 мл, тому що при збиванні вони збільшуються в обсязі в 3—4 рази. До напоїв подають салати із фруктів, борошняні кондитерські вироби. П'ють через соломинку.

Характерними видами цих напоїв є фліпи «Лимонний», «Вишневий», «Виноградний», «Малиновий», «Яблучний» і ін.

ФІЗ

Наготовлюють із фруктових соків або сиропів з додаванням яєчного білка й газованої води. Усе компоненти збивають у шейкері, розливають у посуд подачі й додають газовану воду. Відпускають фруктові фізи у високих келихах, фужерах із соломинкою. Найбільш популярними є «Абрикосовий», «Асорті», «Малиновий», «Порічковий» і ін.

Шипшиновий фіз. У шейкері збивають білок курячого яйця. Вливають сироп шипшини, віджимають сік лимона, додають харчовий лід. Все це змішують 2 хв, щоб суміш добре спінилася. Проціджують у склянку (келих) і додають газовану воду.

Кількість продуктів: 1 ст. ложка сиропу промислового виготовлення, лимон, яєчний білок, 2 кубики харчового льоду, 1/3 — 1/2 склянки газованої води.

Фіз «Райдужний»

Кількість продуктів, г: лимонний сік — 20, апельсиновий сік — 20, полуничний сироп — 30, яєчний білок — 1/2, содова або мінеральна вода — 80.

Фіз «Сонячний

Кількість продуктів, г: апельсиновий сік — 50, апельсиновий сироп— 20, яєчний білок — 1/2, содова або мінеральна вода — 80.

Фіз «Каліфорнійський»

Кількість продуктів, г: апельсиновий сік — 50, лимонний сік — 10, вишневий сироп — 20, содова або мінеральна вода — 70.

Фіз «Ванільний»

Кількість продуктів, г: лимонний сік — 20, ванільний сироп — 30, яйце, содова або мінеральна вода — 70.

Фіз «Грейпфрутовий»

Кількість продуктів, г: грейпфрутовий сік — 40, сироп «Гренадин» — 30, содова або мінеральна вода — 30.

Фіз «Південний»

Кількість продуктів, г: абрикосовий сік з м'якоттю — 40, лимонний сік— 10, яєчний білок— 1/2, содова або мінеральна вода — 100.

Фіз «Освіжаючий»

Кількість продуктів: лимонний сік — 20, малиновий сироп — 30, содова або мінеральна вода — 100.

Фіз «Вишневий»

Кількість продуктів, г: вишневий сік з м'якоттю — 50, лимонний сік — 30, цукровий сироп — 20, яєчний білок — 1/2, содова або мінеральна вода— 50.

Фіз «Дачний»

Кількість продуктів, г: полуничний сік — 5й, лимонний сік — 30, цукровий сироп — 20, содова або мінеральна вода — 50.

ДЖУЛЕПИ

Джулеп — це ароматний, освіжаючий напій з м'ятою. Джулеп відпускають із льодом. Розм'якшену в ступці гілочку м'яти кладуть на дно посуду подачі, потім наливають рідкі компоненти й розмішують. Після цього гілочку виймають і додають у джулеп інші частини. Напій можна прикрасити фруктами, часточкою апельсина й т.д. Подають його із соломинкою.

Джулеп «Гірський»

Кількість продуктів, г: напій м'ятний — 100, «Тархун» — 100. Вихід, г — 200.

Джулеп «Пекучий»

Кількість продуктів, г: напій м'ятний — 100, сік гранатовий — 100. Вихід, г — 200.

Джулеп «Дружній»

Кількість продуктів, г: сироп м'ятний — 25, сік вишневий — 100, сік виноградний — 25, плоди (слива, суниця, виноград) консервовані або заморожені — 50. Вихід, г — 200.

Джулеп «Пікантний». У келих покласти 3—4 листики свіжої роздрібненої м'яти, цукрову пудру й налити охолоджений березовий сік. Прикрашають джулеп гілочкою м'яти, часточкою апельсина й свіжих фруктів.

Кількість продуктів, г: м'ята свіжа (2 гілочки по 3—4 листики), цукрова пудра — 25, сік гранатовий — 75, сік березовий — 75, апельсин — 20, свіжі фрукти — 20. Вихід, г — 175

САНДІ

Санді готують у креманці або невисокому фужері, при цьому всі компоненти кладуть у рецептурній послідовності, не перемішуючи. Напій оформляють свіжими або консервованими ягодами й подають на пиріжковій тарілці із чайною ложкою й соломинкою.

Санді «Гранатовий».

Кількість продуктів, г: морозиво — 50, соус ягідний — 25, сік гранатовий — 75, свіжі ягоди — 20. Вихід, г — 150.

Санді «Абрикосовий».

Кількість продуктів, г: соус абрикосовий — 50, сік ягідний — 50, самбук яблучно-абрикосовий — 50. Вихід, г — 150.

Санді «Мокко».

Кількість продуктів, г: соус шоколадний — 25, сік виноградний — 100, самбук яблучно-абрикосовий — 50. Вихід, г — 150.

Санді «Чорносливовий».

Кількість продуктів, г: морозиво — 50, джем чорносливовий — 30, сік сливовий — 50, мармелад желейний— 10. Вихід, г — 140.

АЙС-КРІМ

Айс-крім — це напій з морозивом. Його готують у посуді подачі, при цьому всі компоненти кладуть у рецептній послідовності, не перемішуючи. Айс-кріми оформляють плодами і ягодами й подають на пиріжковій тарілці в кременках або низьких фужерах із чайною ложкою і соломинкою.

Айс-крім «Абрикосовий».

Кількість продуктів, г: морозиво — 50, соус абрикосовий — 50, сік плодовий або ягідний — 50. Вихід, г — 150.

Айс-крім «Чорносливовій».

Кількість продуктів, г: морозиво — 50, соус із чорносливу — 50, сік сливовий — 50. Вихід, г — 150.

Айс-крім «Динний»

Кількість продуктів, г: морозиво — 50, соус із дині — 50, сік манго — 50. Вихід, г — 150.

Айс-крім «Дитячий»

Кількість продуктів, г: морозиво — 50, сік гарбузовий — 50, сік мандариновий — 50. Вихід, г — 150.

Айс-крім «Ягідний»

Кількість продуктів, г: морозиво — 50, сироп вишневий — 25, сік вишневий — 25, вода столова або тонік — 50. Вихід, г — 150.

Айс-крім «Апельсиновий»

Кількість продуктів, г: морозиво — 50, сік апельсиновий — 40, сік лимонний — 10, вода газована — 50, апельсин — 20. Вихід, г — 150.

КОКТЕЙЛІ

Освіжаючі (тонізуючі) коктейлі готують у посуді подачі з льодом. Компоненти кладуть у рецептурній послідовності, не перемішуючи. Подають у склянці із соломинкою.

Коктейль «Марка»

Кількість продуктів, г: сироп м'ятний — 25, сік березовий — 50, «Тархун» — 75. Вихід, г — 150.

Коктейль «Рікі-Тікі-Таві»

Кількість продуктів, г: сироп горобиновий — 15, сироп кавовий — 15, сік яблучний — 50, Пепсі-кола — 75. Вихід, г — 155.

Коктейль «Сонячний».

Кількість продуктів, г: сироп абрикосовий — 25, сік яблучний — 50, сік аличевий — 25, вода газована — 50. Вихід, г — 150.

Коктейль «Крос».

Кількість продуктів, г: сироп лимонний або апельсиновий — 25, сік мандариновий — 75, «Фанта» або «Лимон» — 50. Вихід, г — 150.

КОКТЕЙЛІ ШАРУВАТІ

Шаруваті коктейлі теж готують *у* посуду подачі. Компоненти підбирають за кольорами і сполучають за смаком. У високу склянку або фужер спочатку наливають найбільш щільний компонент (питома вага залежить від кількості цукру), потім по лезу ножа, що тримають із нахилом до стінки посуду більш легкі (у порядку убування щільності компонента). В останню чергу кладуть збиті вершки, збитий яєчний білок, морозиво, крем і т.д. Подають шаруватий коктейль на пиріжковій тарілці із чайною ложкою й двома соломинками, щоб одночасно можна було втягувати напій з різних шарів, відчуваючи різні відтінки смаку.

Коктейль «Трійка»

Кількість продуктів, г: сироп лимонний або апельсиновий — 30, сироп вишневий або чорносмородиновий — 30, сік яблучний прояснений — 120, ягоди свіжі — 20. Вихід, г — 180.

Оформляють коктейль свіжими ягодами (полуницею, малиною, суницею, черешнею або вишнею), нанизаними на шпажку, що кладуть на краї келиха.

Коктейль «Парнас»

Кількість продуктів, г: сироп вишневий або чорносмородиновій — 40, сік яблучний прояснений — 120, морозиво — 40, родзинки без кісточок — 5. Вихід, г — 205.

Оформляють коктейль збитими вершками й тертим шоколадом.

Коктейль «Лімпопо».

Кількість продуктів, г: морозиво — 100, кава чорна із цукром — 100, шоколад — 2. Вихід, г — 200. При подачі коктейль посипають тертим шоколадом.

Коктейль «Лессі»

Кількість продуктів, г: морозиво — 100, сік манго — 50, сік яблучний — 50, шоколад — 2. Вихід, г — 200.

Коктейль «Прима»

Кількість продуктів, г: морозиво — 100, сік лимонний — 25, сік манго — 50, сироп вишневий — 25. Вихід, г — 200.

Коктейль «Сяйво»

Кількість продуктів, г: сік мандариновий — 75, сироп фруктовий — 25, морозиво — 50, кава мелений — 1. Вихід, г — 150.

При подачі коктейлі посипають кавою.

ОХОЛОДНІ НАПОЇ

Напій. У морквяний сік додають цукровий пісок і перемішують його до розчинення, потім уводять яблучний сік.

Кількість продуктів, г: морквяний сік — 600, яблучний сік — 400, цукровий пісок — 100. Вихід, г — 1000.

Напій із сушених яблук. Сушені яблука добре промивають, заливають окропом і закривають посуд кришкою, дають настоятися 3—4 години. Потім проціджують, всипають цукровий пісок, розмішують і охолоджують.

Кількість продуктів, г: яблука сушені — 150, цукровий пісок — 100, вода — 1100. Вихід, г — 1000.

Узбецький напій «Айран». Кисляк розводять холодною кип'яченою водою й ретельно розмішують. Заливають у склянки або піали й кладуть по шматочку харчового льоду.

Кількість продуктів, г: кисляк — 500, лід — 50, вода — 500. Вихід, г — 1000.

Напій фруктовий

Кількість продуктів, г: компот консервований фруктовий — 500, вода — 350, сік яблучний, грушевий, сливовий, персиковий — 150. Вихід, г — 1000. Компот розводять охолодженою кип'яченою водою.

Лимонний квас

Кількість продуктів, г: лимон — 1 шт., вода — 1000, цукор-пісок — 100, дріжджі — 5, родзинки — 30. Вихід, г — 1000.

Сироп лимонний і апельсиновий

Кількість продуктів, г: лимони — 250 (апельсини — 400), цукор-пісок — 650, вода — 450. Вихід, г — 1000.

Напій полуничний з аґрусом «Полісся». У кип'ячену воду покласти приготовлений аґрус, дати покипіти 2—3 хв, потім зняти відвар і покласти полуницю, закип'ятити й зняти з вогню. Дати настоятися протягом 20—30 хв. Злити відвар, покласти цукор, розмішати. Прокип'ятити вино й влити в процідженний відвар. Напій має ніжно-рубінове забарвлення (ясно-червоний). Подають охолодженим у графинах і склянках.

Кількість продуктів, г: полуниця — 120, аґрус — 100, вино «Ведмежа кров» — 50, цукор— 200, вода — 850. Вихід, г — 1000.

Напій по-кам'янецьки. В охолоджену кип'ячену воду кладуть мед, лимонну кислоту, вино, цукор, есенцію й усе перемішують. Колір — червоний, смак кисло-солодкий.

Кількість продуктів, г: мед — 20, лимонна кислота — 15,1, вино червоне — 50, цукор — 15, есенція лимонна — 5. Вихід, г — 100.

Напій лимонний «Славутич». Цукровий сироп змішати із соком лимона, потім додати мед, кип'ячену воду, процідити, остудити до температури не вище 10 °С.

Кількість продуктів, г: лимон — 1,5 шт., мед — 50, цукор — 70, вода — 900. Вихід, г — 1000.

Кавовий напій з морозивом. Родзинки промивають, відварюють і на цьому відварі варять чорна каву. Можна додати лимонну цедру. Напій охолоджують. При подачі кладуть у склянку кульку морозива.

Кількість продуктів, г: вода — 700, кава чорна мелена — 35, родзинки — 75, цукор — 200, морозиво — 100. Вихід, г — 1000.

Напій «Ніжність». Сироп апельсиновий з'єднують із цукровим сиропом (цукор, розчинений у воді, доведений до кипіння й охолоджений), змішують із шампанським, додають лимонну кислоту, проціджують. Подається напій в охолодженому вигляді в конусній склянці з харчовим льодом і морозивом у вигляді кульок.

Кількість продуктів, г: сироп апельсиновий — 70, шампанське — 225, вода — 480, морозиво пломбір — 250, харчовий лід — 20, лимонна кислота — 2. Вихід, г — 1000.

Напій «Улюблений». З консервованого вишневого компоту відціджують сік, з'єднують із цукром, водою, доводять до кипіння, проціджують, охолоджують, додають вино. Подають в охолодженому виді.

Кількість продуктів, г: сік компоту з вишень — 50, вино «Вермут» — 30, цукор — 8, вода — 115. Вихід, г — 200.

Напій «Лимонний». У воду кладуть цукор, кип'ятять, охолоджують, потім проціджують через сито, додають лимонну кислоту, барвник. Подають зі скибочкою лимона.

Кількість продуктів, г: лимон — 100, кислота лимонна — 0,1, цукор — 50, барвник жовтий — 0,1, вода — 1900. Вихід, г — 2000.

Напій «Сюрприз». М'яту й мелісу подрібнюють, заливають окропом. Додають цукор і лимонну кислоту, настоюють.

Кількість продуктів, г: меліса — 5, м'ята — 5, лимонна кислота — 1, цукор — 100, вода — 900. Вихід, г — 1000.

Напій «Десертний». Змішайте лимонний, апельсиновий і малиновий сиропи промислового виготовлення, до використання поставте в охолодне місце.

У келих (склянку) влийте грейпфрутовий сік, підготовлений сироп, а потім додайте газовану воду. Напій подавайте відразу після приготування.

Кількість продуктів, г: сік грейпфрутовий — 1/4 склянки, лимонний, апельсиновий і малиновий сиропи по 1/2 ст. ложки, газована вода — 1/2 склянки.

Зимовий напій. 150 г лимонного соку сильно нагріти на вогні, але не кип'ятити, потім зняти, перелити в нагріту склянку, додати 20 полуничного й 10 г лимонного сиропу й подавати на стіл.

Напій «Москва». Цей напій готують із грейпфруктового соку, свіжих яєць, цукрового сиропу й чорничного морсу.

Зваріть сироп із цукрового піску й води (на 1 л сиропу: 1 кг цукру, 3/4 л води).

Для чорничного морсу з перебраної й промитої чорниці віджміть сік (до використання поставте його в охолодне місце). Жмих, що залишився, залийте гарячою водою й кип'ятіть 10—12 хв. Відвар процідіть, змішайте його з раніше отриманим соком. Додайте цукровий пісок і добре перемішайте.

На порцію напою візьміть 40 г чорниці, 1 ст. ложку цукрового піску, 3/4 склянки води.

У міксері збийте яєчний жовток, додайте грейпфрутовий сік, цукровий сироп і чорничний морс. Все це збивайте протягом однієї хвилини.

Кількість продуктів: сік грейпфрутовий — 1/4 склянки, цукровий сироп — 1 ст. ложка, яєчний жовток — 1 шт., морс чорничний — 1/2 склянки.

Напій «Супой». У цукровий сироп додають вишневий сік, штучний мед, лимонну кислоту, нагрівають до кипіння й охолоджують.

Кількість продуктів, г: сік вишневий — 300, мед штучний — 100, цукор — 190, лимонна кислота — 5, вода — — 500. Вихід, г — 100.

Напій «Сонячний». Цукровий сироп змішати з яблучним і абрикосовим соком, додати лимонну кислоту, кип'ячену воду, процідити, остудити до температури не вище 10 °С.

Кількість продуктів, г: сік абрикосовий — 430, цукор — 600, сік яблучний — 200, лимонна кислота — 0,12, вода— 310. Вихід, г— 1000.

Напій з ревеню. Корінь промивають, заливають окропом і кип'ятять 10 хв., додати цукор, корицю й лимонну цедру. Дати настоятися, процідити, додати мед при температурі 30 — 40 °С і остудити.

Кількість продуктів, г: вода — 800, ревінь — 400, мед — 100, цукор — 100, кориця— 5, лимонна кислота — 5. Вихід, г — 1900.

Напій ожинний. Цукровий сироп змішують із ожинним соком і окропом, додають мед, лимонну кислоту, проціджують і охолоджують.

Кількість продуктів, г: сік ожинний — 300, цукор — 60, мед — 30, кислота лимонна — 0,12, вода — 700. Вихід, г — 1000.

Напій «Славутич». Для приготування напою можна використати свіжу машину, смородину, полуницю.

Вишню залити окропом, довести до кипіння, додати цукор, дати відстоятися, процідити, увести мед, лимонну кислоту й остудити.

Кількість продуктів, г: вишня — 500, мед — 100, цукор — 100, кислота лимонна — 1, вода— 800. Вихід, г— 1000.

Напій із червоної смородини. Червону смородину розминають і віджимають сік, у віджимки вливають кип'ячену воду й кип'ятять. У проціджений відвар додають цукор, лимонну кислоту, кип'ячену воду. Напій проціджують, охолоджують.

Кількість продуктів, г: червона смородина — 250, цукор — 100, лимонна кислота — 0,1, вода — 750. Вихід, г — 1000.

Напій кавовий з медом. У зварену і проціджену чорну каву додають цукор, мед, лимонну кислоту. Охолоджують і подають.

Кількість продуктів, г: кава натуральна — 6, цукор — 20, мед — 5, лимонна кислота — 0,002, вода — 175. Вихід, г — 200.

Кавовий напій з морозивом. Родзинки промивають, відварюють, і на цьому відварі варять чорну каву. Можна додати лимонну цедру. Напій охолоджують. При подачі кладуть у склянку кульку морозива.

Кількість продуктів, г: вода — 700, кава чорна мелений — 35, родзинки — 75, цукор — 200, морозиво — 100. Вихід, г — 1000.

Напій чорносмородиновий. У кип'ячену воду додають смородину, цукровий сироп, корицю, проціджують, охолоджують і подають.

Кількість продуктів, г: чорна смородина — 250, цукор — 50, лимонна кислота — 0,72, кориця — 0,2, вино сухе — 100, вода — 600. Вихід, г — 1000.

Напій з аґрусу. Аґрус розминають і віджимають сік, у віджимки влити воду й прокип'ятити.

У проціджений відвар додати цукор, мед, лимонну кислоту, корицю й прокип'ячену воду. Напій процідити й остудити.

Кількість продуктів, г: аґрус — 350, цукор — 700, мед — 30, кориця — 0,2, вода — 600, лимонна кислота — 0,1. Вихід, г — 1000.

Напій фруктовий. Цукровий сироп змішати згідно рецептури з яблучним і вишневим соком, медом, кип'яченою водою, корицею, додати лимонну кислоту, процідити й остудити до температури 12 °С.

Кількість продуктів, г: сік яблучний — 350, сік вишневий — 300, мед — 30, цукор — 100, кориця — 0,2, лимонна кислота — 0,72, вода — 280. Вихід, г — 7000.

Напій калиновий. Желе калинове розводять водою, доводять до кипіння, проціджують і охолоджують. Додають цукор, вино, кислоту лимонну, добре перемішують і охолоджують до температури +10—12 °С.

Кількість продуктів, г: желе калинове — 128, вино сухе — 50, цукор — 20, кислота лимонна — 0,2, вода — 180. Вихід, г — 200.

Напій «Літо». У готовий цукровий сироп вливають малиновий сироп, додають лимонну кислоту, проціджують, охолоджують до температури не вище 10 °С.

Кількість продуктів, г: сироп малиновий — 180, кислота лимонна — 0,001, цукор — 50, вода — 800. Вихід, г — 1000.

Напій яблучний. У кип'ячену воду додають цукор, яблучний сік, мед, сухе вино, лимонну кислоту й барвник (татразин) всі добре розмішують і проціджують. Подають напій у фужерах, додають дрібно наколотий харчовий лід.

Кількість продуктів, г: сік яблучний — 500, цукор — 50, мед бджолиний — 75, вино сухе біле — 100, вода — 270, барвник — 0,001, лимонна кислота — 0,001. Вихід, г — 1000.

Напій морквяний.

Кількість продуктів, г: морквяний сік — 600, яблучний сік — 400, цукровий пісок — 100. Вихід, г — 1000.

Чай охолоджений із фруктовим соком. Заварений чай процідити, додати цукор, розчинити його, увести фруктовий сік і остудити.

Кількість продуктів, г: чай — 700, цукор — 100, сік фруктовий — 250. Вихід, г — 1000.

Напій «Освіжаючий». Соки змішують із охолодженою кип'яченою водою й додають цукор.

Кількість продуктів, г: сік виноградний — 250, сік яблучний — 250, цукор — 50, вода — 500. Вихід, г — 1000.

Напій херсонський. У киплячу воду закладають виноград, додають цукор, лимонну кислоту. Настоюється протягом 3—4 год.

Кількість продуктів, г: виноград сушений — 1, лимонна кислота — 0,02, цукор — 0,5, вода — 9,0. Вихід, кг — 10.

Напій «Листопад». З'єднують сік свіжого лимона з мінеральною водою й сиропом, заливають у сокоохолоджувач.

Кількість продуктів, г: сік свіжих лимонів — 100 (брутто— 238), вода мінеральна — 1530, сироп на вибір — 400. Вихід, г — 2000.

Коктейль «Спорт». Охолоджені компоненти з'єднують і збивають у міксері.

Кількість продуктів, г: кава чорна — 75, шоколад або шоколадний соус — 25, десерт лимонний — 103. Вихід, г — 200.

Десерт «Лимонний». В охолоджений чай засипають суміш, додають лимонний сік, розведений чаєм, желатин. Всю масу проціджують через сито й заливають у фризер. Подають із будь-якими наповнювачами.

Кількість продуктів, г: сік лимонний — 800 (брутто— 1904), желатин— 100, чай готовий— 560, суха суміш — 37. Вихід, г — 1000.

Коктейль «Сніжний». Охолоджені компоненти з'єднують і збивають у міксері.

Кількість продуктів, г: десерт лимонний — 590, сироп фруктово-ягідний — 200, сік яблучний або фруктовий — 130. Вихід, г — 1000.

НАПОЇ

Вихід готових напоїв 200 г. Вода, що входить до складу напоїв, попередньо кип'ятиться й охолоджується. Напої подаються охолодженими.

Молоко із фруктовим соком

Кількість продуктів, г: молоко — 150, сироп на вибір — 50.

Молоко з варенням або джемом

Кількість продуктів, г: молоко — 160, джем або варення — 40.

Абрикосовий напій

Кількість продуктів, г: абрикосовий сироп — 50, вода — 150.

Освіжаючий напій

Кількість продуктів, г: яблучний сік — 20, малиновий сироп — 20, вода — 160 г.

Напій «Відпочинок»

Кількість продуктів, г: малиновий сироп — 29, вишневий сироп — 2в, яблучний сік — 20, вода — 140 г.

Чай із червоним вином. Міцний охолоджений чай процідити, додати сироп, вино, усе розмішати й подати охолодженим.

Кількість продуктів, г: вино червоне — 40, малиновий сироп — 20, чай охолоджений — 140 г.

Напій сливовий

Кількість продуктів, г: сік сливовий — 50, цукор — 10, вода — 140.

Напій із сиропів

Кількість продуктів, г: вишневий сироп — 20, малиновий — 20, вода — 160 г.

Напій з апельсинового соку

Кількість продуктів, г: апельсиновий сік — 40, вода — 169.

Напій «Самарський»

Кількість продуктів, г: квас хлібний — 180, мед — 20.

Напій «Росіянин»

Кількість продуктів, г: хлібний квас — 150, сироп вишневий, абрикосовий або малиновий — 50.

Напій із сиропу з вином

Кількість продуктів, г: сироп малиновий — 20, вино — 10, лимонна кислота — 1, вода — 170.

Напій «Асорті»

Кількість продуктів, г: сироп вишневий — 20, сік яблучний — 20, сік сливовий — 20, сироп малиновий — 20, вино — 10, вода — 110.

Напій кавовий.

Кількість продуктів, г: кава натуральна — 4, вино — 20, малиновий або вишневий сік — 176.

Квас литовський.

Кількість продуктів, г: сухарі житні — 10, дріжджі — 8, хміль — 5, родзинки — 3, цукор — 22, вода — 180.

Напій «Гном».

Кількість продуктів, г: виноградний сік — 35, мед — 25, лимон — 1/10 шт., вода — 140.

Напій з ягід. Ягоди перебрати, промити, розім'яти дерев'яною маточкою в посуді, що не окисляється, і віджати сік. Отриманий напій остудити.

Кількість продуктів, г: ягоди — 125 — 150, цукор — 120, вода — 800. Вихід, г — 1000.

Напій виноградний

Кількість продуктів, г: сік винограду — 4000, цукор — 750, вода — 200, лимонна кислота — 25, харчовий лід — 1000, будь-яке вино — 1000. Вихід — 10 літрів.

Квас із медом, хріном

Кількість продуктів, г: хліб житній — 1,2, цукор — 0,6, дріжджі — 0,03, м'ята кучерява — 0,03, мед натуральний— 0,2 (або хрін — 0,310), вода — 9,0. Вихід, г — 1000.

Напій медяний. Мед розчиняють кип'яченою гарячою водою, додають лимонну кислоту й охолоджують. При подачі кладуть харчовий лід.

Кількість продуктів, г: мед — 180, вода — 850, лимонна кислота — 1.

Джем мандариновий.

Кількість продуктів, г: джем мандариновий — 3,5, цукор-пісок — 0,5, лимонна кислота — 0,05, вода кип'ячена — 18,0. Вихід, г — 200.

КВАСИ, МОРСИ ТА ЗБИТНІ

КВАС І НАПОЇ ІЗ ХЛІБНОЇ СИРОВИНИ

До квасів, отриманих шляхом шумування хлібопродуктів, цукру й інших компонентів, належать квас хлібний, квас для холоднику й квас хлібний для гарячих супів. Вони є продуктами незакінченого комбінованого спиртового й молочнокислого шумування. Промисловість виробляє в основному квас на концентраті квасного сусла, цукру, харчових кислот, ароматичних і смакових добавок. До них належать кваси: «Російський», «Ароматний», «Медяний», «Із хріном», «Останкінська», «Московська», «Литовська», «М'ятний», «Осінь» і ін. Вміст сухих речовин — 7,3—16,5 %. Стійкість напою — від 3 до 5 діб від дня випуску підприємством при температурі 20 °С. У домашніх умовах готують кваси на фруктовій основі: за умови витримки пляшок із квасом при температурі 12—15 °С у них утримується до 2 % спирту. До фруктових видів квасу належать: «Медово-малиновий», «Яблучний», «Вишневий» і ін. У сонячний день приємно випити кружку холодного квасу! І бадьорить, і освіжає, і спрагу вгамовує.

Цей чудовий винахід народу своїм корінням йде в сиву старовину. Мистецтвом приготування квасів східні слов'яни володіли ще до утворення Київської Русі. Орачі брали його із собою в поле, пораненим воїнам квас давали як цілюще питво. На його основі готували популярні страви. Народні майстри створили безліч різновидів квасу: хлібні, ягідні, медяні, фруктові. При лікарнях і лазаретах були навіть організовані виробництва спеціального «госпітального квасу», що був обов'язковим дієтичним продуктом.

Російський квас. Житній хліб нарізають скибочками й підсушують у жарочній шафі, щоб вони підрум'янилися. Потім кладуть у каструлю, заливають сухарі окропом, щільно закривають кришкою й дають постояти 6—8 год. Після цього рідину проціджують, вливають у неї дріжджі, розведені теплою кип'яченою водою, додають цукор, накривають посуд серветкою або рушником, ставлять фого в тепле місце на 6—10 год, щоб дати рідині перебродити. Коли з'явиться піна, треба ще раз процідити квас і розлити його в пляшки, додати по кілька родзинок і щільно закупорити, наприклад розмоченими в окропі пробками, обв'язати шпагатом. Після цього квас витримують 2-3 доби. Пляшки із квасом найкраще зберігати лежачи.

Кількість продуктів: хліб житній — 1 кг, дріжджі — 50 г, цукор — 200, родзинки — 50 г, вода — 6 л.

Порічковий квас. Ягоди перебирають, миють, розминають, заливають гарячою водою й доводіть до кипіння. Потім настоюють 2—3 год, проціджують. Уводять розведені в теплій воді дріжджі, цукор і залишають на добу для шумування. Потім ще раз процідити й остудити.

Кількість продуктів: на 1 кг червоної смородини — 400 г цукрового піску, 25 г дріжджів і 4 л води.

Малиновий квас. Готують так само, як і порічковий, тільки разом із цукром уводять лимонну кислоту.

Кількість продуктів, г: на 800 малини — 250 цукрового піску, 15 дріжджів, 3 лимонні кислоти й 4 л води.

Квас журавлинний. Журавлину перебирають, промивають і протирають дерев'яною маточкою через друшляк. Віджимки заливають водою й ставлять кип'ятити на 15—20 хв, потім рідину охолоджують, проціджують, всипають цукор і знову доводять до кипіння. Журавлинний сік з'єднують із приготовленим сиропом, додають розведені теплою водою дріжджі й залишають на добу для шумування, потім проціджують.

Кількість продуктів, г: журавлина — 1000, цукор — 400, дріжджі — 25, вода — 4 л.

Квас із м'ятою. Сушене листя м'яти заливають гарячою водою, закривають посуд кришкою, настоюють 50 хв, а потім проціджують. Готовий квас з'єднують із настоєм м'яти, додають родзинки і охолоджують.

Кількість продуктів, г: квас російський — 5 л, м'ята — 10, родзинки — 50.

Квас лимонний. У воду всипте цукровий пісок, доведіть до кипіння й охолоньте. Додайте лимонний сік, цедру, зняту із двох лимонів і натерту на тертці із дрібними отворами, дріжджі. Всі добре змішайте. Розлийте в пляшки, поклавши в кожну по 3 родзинки. Пляшки закоркуйте, обв'яжіть їх мотузочкою, поставте на холод. Квас готовий через 3 дні.

МОРС

Напій, що готують із фруктових відварів з додаванням натуральних соків. У літню пору вони добре вгамовують спрагу. Відпускають морси охолодженими у фужерах або склянках. Лід кладуть у посуд подачі або окремо в розетку. Найчастіше готують морси «Апельсиновий», «Журавлинний», «Лимонний», «Малиновий», «Яблучний», «Ревеневий».

Морс із соку. Цукор розчиняють у кип'яченій воді й додають за смаком до соку.

Кількість продуктів: на 2 склянки соку — 1 л води, цукор.

Морс зі смородини або малини. З ягід віджимають сік, додають небагато кип'яченої води й проціджують. Віджимки з ягід заливають водою, доводять до кипіння, проціджують, додають цукор і сирий сік, потім охолоджують.

Кількість продуктів: смородина чорна або червона — 1,5 склянки, цукор — 3/4 склянки, вода — 1л.

Морс із плодів шипшини і яблук. Очищені плоди шипшини і яблука нарізають дрібними шматочками, заливають холодною водою, доводять до кипіння, кип'ятять кілька хвилин, потім рідину проціджують. У відвар додають цукор або мед, небагато лимонної або апельсинової цедри, за смаком — лимонний сік або лимонну кислоту.

Кількість продуктів: ягоди шипшини — 3—4 ст. ложки, яблука кислі — 4—5 шт., вода — 1 л, цукор — 3—4 ст. ложки цедра, лимонна кислота.

Морс вишневий. Промиту й звільнену від кісточок вишню розімніть, щоб вийшло пюре, і покладіть в шейкер або міксер. Додайте вишневий і лимонний соки, цукровий пісок і все добре розмішайте. При подачі покладіть в напій кубики харчового льоду.

Кількість продуктів: вишня — 2 ст. ложки, вишневий, сік — 1/2 склянки, лимонний сік — 1 ч. ложка, цукровий пісок за смаком, харчовий лід — 2 кубики.

Морс цитрусовий. Цедру, зняту із цитрусових, дрібно нарізають, заливають гарячою водою, варять при слабкому кипінні 5 хв і залишають на 3—4 год. У проціджений відвар додають цукор, знову доводять до кипіння, наливають попередньо віджатий сік, проціджують і охолоджують.

Кількість продуктів, г: апельсини — 110, цукор — 120, вода — 1050, або грейпфрути — 130, цукор — 1050, вода — 80, або лимон — 120, цукор — 1070. Вихід, г — 1000.

Морс яблучний. Скибочки промитих і очищених від насінних коробочок яблук заливають гарячою водою, додають лимонний сік і варять при слабкому кипінні 15—20 хв. Відвар проціджують, розчиняють у ньому цукор, доводять до кипіння, знову проціджують і охолоджують.

Кількість продуктів, г: яблука — 150, цукор — 140, сік лимонний — 10, вода — 1070. Вихід, г — 1000.

ЗБИТНІ

Збитень «Билина». У киплячій воді розчиняють мед, додають пряності й кип'ятять напій 10—15 хв, періодично знімаючи піну. Потім дають йому настоятися близько 30 хв і проціджують. Готовий збитень тримають до подачі на мармиті.

Кількість продуктів, г: вода— 1000, мед натуральний — 50, цукор — 50, кориця — 0,3, гвоздика — 0,2, м'ята— 0,2, хміль — 3. Вихід, г — 1000.

Збитень «Садко». Готують так, як і попередній напій.

Кількість продуктів, г: вода — 1000, мед натуральний — 50, цукор — 50, лавровий лист — 2, гвоздика, кориця, імбир або кардамон по 5. Вихід, г — 1000.

Збитень «Жар-птиця». Мед розводять в 200 мл гарячої води, доводять до кипіння й знімають піну, що утворилася. У воді, що залишилася, протягом 14—20 хв відварюють пряності (у марлевому мішечку) і настоюють напій близько 30 хв, після чого його проціджують.
У відвар додають медяну суміш і підігрівають, не доводячи до кипіння. Подають збитень відразу ж після готовності.

Кількість продуктів, г: вода — 1000, мед натуральний — 100, гвоздика — 2, кориця — 5, перець чорний горошком — 5, звіробій сушений — 5, кардамон або імбир — 3. Вихід, г — 1000.

Збитень «Золоте кільце». Мед розводять у гарячій воді, додають спеції, кип'ятять 10—15 хв, періодично знімаючи піну, і проціджують. Потім збитень настоюють 10—15 хв і подають.

Кількість продуктів, г: мед натуральний — 100, гвоздика — 0,5, кориця — 5, імбир — 5, кардамон — 3, лавровий лист — 0,5, вода — 1000. Вихід, г — 1000.

Збитень «Гранатовий». Мед розчиняють у киплячій воді, додають сік, кладуть у напій марлевий мішечок зі спеціями й кип'ятять у закритому посуді при слабкому нагріванні 15—20 хв, потім проціджують. До подачі збитень тримають на мармиті.

Кількість продуктів, г: мед натуральний — 100, вода — 900, кориця мелена — 0,3, гвоздика — 0,2, сік гранатовий — 100. Вихід, г — 1000.

ПУНШІ ТА ГРОГИ

Гарячий пунш, як правило, готують у прозорому багатопорційному посуді (з термічного скла). Подають напій у керамічних кружках або чайних чашках охолодженим до температури 75—80 °С. Пунш найкраще пропонувати гостям узимку, а також у негожу, дощову погоду.

Пунш «Горіхове молочко». Стовчені ядра горіхів змішують із цукром, заливають киплячим молоком і перемішують.

Кількість продуктів, г: молоко — 150, горіхи фундук — 35, цукор — 75. Вихід, г — 200.

Пунш «Медяний апельсин». Цедру й гвоздику заварюють киплячою водою, проціджують, додають у напій мед, сироп, сік і перемішують, потім ще раз проціджують і переливають у підготовлений посуд.

Кількість продуктів, г: вода — 760, мед натуральний — 70, сироп апельсиновий — 70, сік апельсиновий — 20, цедра лимона — 1, гвоздика — 0,2. Вихід, г — 200.

Пунш підбадьорливий.

Кількість продуктів, г: настій чайний — 750, сік лимонний — 70, мед натуральний — 20, лимон — 10, сироп цукровий — 70. Вихід, г — 200.

Соус «Чорносливовий». Перебраний і промитий чорнослив обдають окропом, виймають із нього кісточки й замочують протягом 2 год. Після цього варять у тій же воді 5 хв, потім протирають через друшляк, додають у пюре цукор, знову варять при слабкому нагріванні до готовності, після чого охолоджують.

Кількість продуктів, г: чорнослив сушений — 250, вода — 600, цукор — 350. Вихід, г — 1000.

Соус-сироп «Вишневий». Очищені від плодоніжок, кісточок і промиті вишні засипають цукром і ставлять у холодильну шафу на 2—3 год. Після цього доводять до кипіння й варять протягом 2-3 хв, потім протирають через друшляк і знову варять при слабкому кипінні протягом 5 хв. Готовий соус-сироп охолоджують.

Кількість продуктів, г: вишня — 570, цукор — 600. Вихід, г — 1000.

Соус-сироп «Суничний». Ягоди перебирають, очищають від плодоніжок, промивають холодною водою й дають їй стекти. Після цього

засипають цукром і ставлять на 2—3 год. у холодильну шафу. Потім ягоди протирають через сито, варять при слабкому кипінні до повного розчинення цукру, після чого охолоджують.

Кількість продуктів, г: суниця — 510, цукор — 600. Вихід, г — 1000.

НАПОЇ ДЛЯ МОЛОДІ

Коктейль «Фанта». В охолоджений сік додають мінеральну воду, морозиво й відразу подають.

Кількість продуктів, г: сік лимонний (або мандариновий, або апельсиновий) — 70, мінеральна вода — 50, морозиво — 20. Вихід, г — 150.

Молочні коктейлі. Коктейль із молочним морозивом.

Кількість продуктів, г: морозиво молочне — 25, сироп на вибір — 25, молоко — 100. Вихід, г — 160.

Коктейль із вершковим морозивом

Кількість продуктів, г: морозиво вершкове — 25, сироп на вибір — 25, молоко — 100. Вихід, г — 160.

Горобиновий шербет. У склянку покласти 50 г морозива, влити змішані в міксері 50 г горобинового соку й 100 г яблучного соку.

Парфет «Мокко з вершками». У киплячу воду засипати дрібно розмелену каву, прикрити кришкою й, ледве прокип'ятивши, зняти з вогню й залишити під кришкою для охолодження. Потім процідити й остудити в холодильнику. У келих покласти 50 г морозива, залити охолодженою кавою, додати 20 г цукрового сиропу, прикрасити збитими вершками.

Айс-крім «Малиновий»

Кількість продуктів, г: малиновий сироп — 30, содова або мінеральна вода — 70.

Айс-крім «Хвойний».

Кількість продуктів, г: апельсиновий сік — 70, малиновий сироп — 30, гілочка хвої.

Дві-три ялинові гілочки розтирають у ступі, додавши туди малиновий сироп. Потім хвою видаляють і переливають сироп у склянку. Обережно, щоб не змішати шари, наливають апельсиновий сік, потім кладуть морозиво. Прикрашають склянку гілочкою.

Можна приготувати айс-кріми й на основі якого-небудь одного соку з м'якоттю (100 мл), мінеральної або содової води (100 мл).

Збиті напої з морозивом. Від айс-крімів ці напої відрізняються тим, що всі компоненти, включаючи морозиво, збивають разом в електроміксері. Подають без льоду в склянці «хайбол» із соломинкою. У пропонованих рецептурах передбачено 50 г вершкового морозива.

Збитий напій «Фруктовий».

Кількість продуктів, г: будь-який фруктово-ягідний сироп — 20, молоко — 30.

Збитий напій «Яєчний».

Кількість продуктів, г: яєчний жовток, цукровий сироп — 20, молоко — 70.

Збитий напій «Молочний»

Кількість продуктів, г: полуничний сироп — 20, лимонний сироп — 10, молоко — 70, содова або мінеральна вода — 30. Охолоджену воду додають у вже приготовлений напій.

Збитий напій «Рожевий».

Кількість продуктів, г: малиновий сироп — 29, вершки 20 % жирності — 80.

Збитий напій «Цитрусовий». «Фанту» додають у збите з лимонним сиропом морозиво, потім напій ретельно перемішують ложкою.

Кількість продуктів, г: лимонний сироп — 10, тонізуючий напій «Фанта» — 90.

Збитий напій «Абрикосовий».

Кількість продуктів, г: абрикосовий сік з м'якоттю — 50, молоко — 50.

Збитий напій «Полуничний». Полуницю очищають від плодоніжок і роблять з неї пюре, далі напій готують відомим способом.

Кількість продуктів, г: полуничний сироп — 30, полуниця — 30, вершки 20 % жирності — 70.

Збитий напій «Ананасовий». Воду додають у морозиво, збите з ананасовим соком, і перемішую напій ложкою.

Можна приготувати на основі якого-небудь одного соку з м'якоттю (100 мл).

Кількість продуктів, г: ананасовий сік або компот — 50, содова або мінеральна вода — 50.

Вершки з апельсиновим соком. Яєчні жовтки розтирають із цукровим піском, додають апельсиновий сік, пастеризовані вершки. Розмішують, розливають у келихи.

Кількість продуктів, г: яєчні жовтки — 1/2 шт., цукровий пісок — 1 ст. ложка, сік апельсиновий — 1/ ст. ложка, вершки — 1/2 склянки.

Молоко з яєчним жовтком. Яєчні жовтки розітріть із цукровим піском, поступово влийте гаряче молоко. Напій можна подавати й холодним.

Кількість продуктів, г: яєчний жовток — 1 шт., цукровий пісок — 1 ч. ложка, молоко — 3/4 склянки.

Напій «Жакле». Яйце, томатний сік, вершки й сіль швидко змішати в міксері. Вилити в келих, додати зелень, 2—4 сухарики.

Кількість продуктів, г: на одну порцію — 1 — 2 склянки соку, 1/4 склянки вершків, яйце, щіпка солі.

Морквяний напій з лимонним соком і медом. Свіжу моркву ретельно промийте, почистіть, натріть на тертці, залийте холодною водою (кип'яченою) і залишіть на 1—2 год. Потім відіжміть, у настій додайте лимонний сік і мед.

Кількість продуктів, г: кип'ячена вода — 100, морквяний сік — 40, мед — 20, лимонний сік — 20.

Розділ 7

ДО ТЕЩІ НА МЛИНЦІ...
БОРОШНЯНІ ВИРОБИ



У кулінарній практиці наготовлюють різноманітні вироби з тіста: борошняні кулінарні вироби — пельмені, оладки, ватрушки, розтягаї й т.д.; хлібобулочні — здоби, булочки, воловани; борошняні кондитерські — тістечка, торти, кекси, печиво, пряники. Залежно від технології приготування розрізняють тісто дріжджове й бездріжджове. Останнє підрозділяють на здобне, бісквітне, пісочне, листкове, заварне, пряникове, вафельне, рідке (кляр) і тісто для локшини. До складу тіста, крім борошна, води, солі й дріжджів, входять цукор, жир, яйця й різні смакові продукти.

Ми не будемо описувати товарознавчо-технологічні властивості борошна, солі, дріжджів, цукру, яєць — про неї було сказано вище — але обов'язково вважаємо потрібним зупинитися на смакових і ароматичних речовинах.

Смакові й ароматичні речовини використовуються для надання кондитерським виробам специфічного смаку й аромату. Харчові кислоти — лимонна й виннокам'яна охороняють цукрові сиропи від зацукровування, надають деяким заготівлям приємного кисло-солодкого смаку.

Для ароматизації кондитерських виробів використовуються прянощі — смакові продукти рослинного походження, що характеризуються наявністю в них ефірних олій або інших екстрактивних речовин, що обумовлюють гострий смак і аромат.

Аніс — пряна рослина. Її насіння кладуть у тісто, використовують для посипання. Сушений зірчастий аніс (бад'ян) вживається в розтертому вигляді в пряниках.

Ванільний цукор — біла кристалічна речовина із приємним запахом, застосовується для ароматизації кремів і солодких дріжджових виробів.

Гвоздика — висушена квіткова брунька гвоздикового дерева, застосовується у варенні, пряниках.

Кардамон — сушені, ясно-жовті коробочки рослини з коричневими насіннинами. У розтертому вигляді кардамон застосовують для ароматизації здобних дріжджових і пряникових виробів.

Коріандр — ароматична рослина. Його сушені ясно-коричневі плоди застосовують при виготовленні пряників.

Кориця — висушена й здрібнена кора коричного дерева. Її кладуть у тісто й використовують як начинку для пирогів або рулетів із дріжджового тіста.

Кмин — рослина, насіння якої має гострий гіркий смак і застосовується для посипання виробів із дріжджового тіста.

Мускатний горіх на вигляд нагадує невеликий волоський горіх, але відрізняється сильним ароматом. Мускатний горіх натирають на тертці й додають до солодкого дріжджового тіста й у пряники.

Мак застосовується як посипання й начинка для кондитерських виробів.

Шафран являє собою висушені рильця квіток багаторічної рослини шафрану, що має дуже приємний ароматом. Забарвлення шафрану — жовте. Перед уживанням його підсушують при невисокій температурі, подрібнюють, заливають кип'яченою охолодженою водою й через 24 години проціджують через марлю. Шафран використовують при приготуванні солодкого дріжджового тіста, кексів, печива.

Есенція буває натуральна й штучна. Уживається для ароматизації кондитерських виробів. Має високу концентрацію, тому її потрібно додавати в дуже невеликій кількості, іноді по декілька крапель. Від сильного нагрівання улетючується й може надати продукції неприємного смаку і аромату.

Чайний настій використовується для ароматизації кондитерських виробів. Для його приготування 2 ч. ложки сухого чаю заливають 50 мл окропу, настоюють 5—6 хв і проціджують через ситечко.

Кавовий настій готують у такий спосіб: 1 ч. ложку меленої кави заварюють в 100 мл окропу, закривають кришкою й настоюють у теплому місці (на краю плити) 20—25 хв, потім віджимають через серветку або складену вдвічі марлю, дають 30 хв відстоятися. Після цього зливають прозорий настій і використовують його для ароматизації виробів.

Алкогольні напої — коньяки, лікери горілочні настойки, наливки й різні виноградні вина використовують для приготування сиропу, промочки, ароматизації й додання смаку продукції. Вином темних кольорів не можна ароматизувати світлий крем.

Желюючі речовини — желатин і агар — застосовують для приготування желе, начинок і мармеладу для прикраси тортів, тістечок, а також для приготування деяких кремів.

Агар — рослинний клей, одержуваний з деяких видів морських водоростей. У продаж він надходить у вигляді крупки, порошку або пористих напівпрозорих пластинок.

Желатин — харчовий клей тваринного походження, також буває у вигляді крупки, порошку або прозорих пластинок жовтих кольорів. Желюючі властивості агару в 5—8 разів сильніші желатину. Зберігати агар і желатин треба в холодному сухому місці.

Перед уживанням пластинки желатину й агару треба промити в холодній воді й відкинути на ситечко. Потім їх замочують в 6—8-кратній кількості холодної води на 2—3 годин для набрякання.

Харчові барвники застосовують для підфарбовування кремів, глазурей. Вони бувають штучними й природними. Від дії світла, повітря й вологи швидко псуються, тому їх треба розводити невеликими порціями й зберігати в закритих пляшках з темного скла.

Біле фарбування дають: цукрова пудра, молоко, вершки, сметана, вершкове масло.

Жовтий колір виходить від шафрану, розведеного в теплій воді, горілці або спирті, від лимонної цедри, морквяної маси, що готується з рівних частин масла й розтертої моркви, обсмаженої 3—5 хв до розм'якшення й проціджені через марлю.

Зелену фарбу одержують від соку шпинату. Для цього шпинат пропускають через м'ясорубку, додають таку ж кількість води, доводять майже до кипіння й протирають через часте сито.

Коричневе забарвлення дає міцний кавовий настій або «жжонка», що представляє собою перепалений цукор. Для одержання «жжонки» на сковороду насипають 1 ст. ложку цукрового піску й, помішуючи, нагрівають на невеликому вогні, поки цукор не зробиться темно-коричневим і буде виділятися дим. Продовжуючи помішувати, поступово додають половину склянки гарячої води й мішають до розчинення грудок. Темно-коричневий клейкий розчин проціджують через марлю й зберігають у темній пляшці. Мішати треба обережно, довгою лопаточкою або паличкою щоб уникнути розбризкування паленого цукру. При недостатнім пропалюванні цукру забарвлення буде слабким, а перепалений цукор згорнеться у тверду грудку й жжонки вийде мало.

Червоний й рожевий колір можна отримати при додаванні соків малини, полуниці, журавлини, кизилу, вишні, смородини; червоних сиропів, варення, вина; буряка, який дрібно нарізають, заливають такою же кількістю підкисленої води, доводять майже до кипіння, настоюють у теплому місці 15—20 хв і проціджують.

Жовтогарячу фарбу дає суміш червоної і жовтої фарб, а також апельсиновий або мандариновий сік .

Шоколадне фарбування можна одержати при додаванні шоколаду або порошку какао, а також при змішуванні паленого цукру із червоною фарбою.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ДРІЖДЖОВОГО ТІСТА І ВИРОБІВ З НЬОГО

Дріжджове тісто застосовується для приготування пиріжків, пончиків, пирогів, кулеб'як, ватрушок, булочок і інших виробів.

Існують два способи приготування дріжджового тіста — безопарний і опарний. Розпушувачем тіста служать дріжджі. М'яке тісто з не-

великою кількістю здоби (цукру, яєць, жиру) готують безопарним способом, круте тісто й тісто з більшою кількістю здоби рекомендується робити опарним способом, при якому поліпшується розпушеність тіста й, отже, збільшується обсяг і пористість виробів.

Найкраща температура для життєдіяльності дріжджів у тесті + 27…32°С, підвищення або зниження температури сповільнює їхній розвиток і погіршує процес шумування.

Для життєдіяльності дріжджів необхідний кисень. Вуглекислий газ, що накопичується в процесі шумування, знижує активність дріжджів, тому в процесі шумування кілька разів проводять обминку тіста для видалення надлишку вуглекислого газу й збагачення тіста киснем.

Обминка супроводжується значним зменшенням обсягу тіста.

Опарне тісто. Опарний спосіб приготування тіста ділиться на дві стадії: приготування й шумування опари; приготування й шумування тіста.

Опарою називається рідке тісто, що замішують із розрахунку 100 % рідини, 50 — борошна, і 100 % дріжджів. У рідину (молоко або воду), підігріту до 28—30 °С, додають дріжджі, розводять їх, всипають борошно й замішують рідке тісто. Опара повинна бродити 3—3,5 години до максимального підйому. Опара вважається готовою, коли обсяг її збільшиться приблизно в три рази, а потім вона починає опадати.

У готову опару додають всі інші продукти: злегка підігріті яйця, розчин солі, цукор, ароматичні речовини, поступово всипають борошно, що залишилося, і замішують протягом 5—8 хв до еластичності, поки тісто почне легко відставати від рук. Наприкінці замісу додають масло, розігріте до консистенції густої сметани, накривають тісто й ставлять у тепле місце для шумування.

Для кращого шумування тіста й пишності виробів у процесі шумування проводять обминку тіста. Першу обминку проводять після максимального підйому тіста приблизно через годину, потім дають тісту підійти й повторюють процес.

Безопарне тісто. Безопарний спосіб приготування тіста включає тільки одну стадію. Всі призначені за рецептурою продукти замішують у тісто відразу ж. При такому способі замісу норма дріжджів трохи збільшується в порівнянні з нормою дріжджів при опарному способі. Загальна тривалість шумування тіста 2,5—3 год. У процесі шумування проводять 2 рази обминку.

Одним з важливих моментів приготування борошняних виробів є оброблення тіста. Від якості обробки тіста залежить якість виробів. Оброблення тіста складається з ряду операцій: розподіл тіста на рівні частини; формування тіста у відповідний виріб; розстоювання сформованих виробів.

Готове тісто викладають на стіл або дошку, підсипану борошном, і скачують у довгий джгут від якого відрізають шматки рівної величини.

При обробленні тіста й формуванні напівфабрикатів необхідно враховувати розміри готових виробів. Маса шматків тіста повинна бу-

ти на 12—15 % більше маси готових виробів, тому що при випічці й остиганні виходить вироби упікають й усушують.

Готові сформовані вироби для розпушення тіста ставлять у тепле вологе місце для додаткового шумування (розстоювання). Для надання виробам гарного виду їх змазують яєчними жовтками, яйцями або меланжем за 5—10 хв до випічки м'яким пензликом. Безпосередньо після змазування вироби можна посипати рубленим мигдалем, горіхами, цукром, сухарями або хлібними крихтами, борошняним посипанням.

Дрібні, повністю розстояні вироби випікають при 260—280 °С, а великі й здобні — при 230—250 °С. Готовність виробів можна визначити за кольором скоринки й низу, за масою виробу, по зламу й т.д.

У процесі випічки виробів під впливом високої температури на поверхні з'являється спочатку тонка плівка, що перетворюється потім у скоринку більшої або меншої товщини.

Обсяг виробів, що випікають, у міру їхнього прогріву значно збільшується за рахунок утворення вуглекислого газу в початковий період випічки (ферменти дріжджів втрачають свою активність при температурі близько °80 С), розширення вуглекислого газу, повітря, парів спирту й води.

При випічці маса виробів зменшується через випарювання частини вологи. Це зменшення маси називається упіканням. Розмір упікання залежить від ряду факторів і насамперед від величини питомої поверхні виробу. Чим вона вище, тим більше упікання.

Найчастіше із дріжджового тіста готують пиріжки печені й смажені, розтягаї, кулеб'яки, ватрушки, пироги. Із дріжджового тіста випікають також булочки прості й глазуровані, булочки із кремом.

Крім того, з рідкого дріжджового тіста готують млинці й оладки.

Батон «Бутербродний». Витрати сировини на 100 шт. вагою 300 г (у кг)

Рецептура	Тісто
Борошно	19,636
Цукор	0,544
Дріжджі	0,544
Сіль	0,120
Масло або маргарин	1,908
Яйця	20 шт. /0,8
Вода	9,544
Всього сировини	33,096
Вихід	

Технологія приготування. Готується дріжджове тісто безопарним способом. Тісто ділиться на шматки вагою 330 г, розкачується в джгут 6 см. Після того як тісто підійшло, поверхня змащується яйцем і випікається 20 хвилин.

Коровай «Весільний»

Рецептура	Тісто
Борошно в/г	4,118
Цукор	2,928 (крем — 1,9)
Яйця	18 (крем-31)
Ванільний цукор	0,04
Масло	0,508
Сіль	0,041
Молоко	0,76
Коньяк	0,16
Лимонна кислота	0,05
Олія	0,1
Дріжджі	0,508

Технологія приготування. Тісто для короваю готується опарним способом. Готове тісто має бути розрихленим, на дотик сухим і еластичним. Тісто розділяють на шматки масою 2723 г і округлюють. З 1/3 тіста роблять джгут — кладуть його на основу короваю. Коровай поміщують у тепле місце для розстоювання.

Булочка здобна дріжджова

Рецептура	Тісто з маком
Борошно	6,0
Дріжджі	0,3
Сіль кухонна	0,05
Олія	1,5
Цукор	1,4
Молоко цільне	1л
Ванілін	0,010
Яйця	20 шт./0,8
Вода	2л
Мак	0,5

Технологія приготування. Тісто готують опарним способом. Готове тісто ділять на відповідні шматки, розкачують зверху посипають начинкою (увареним маком з цукром), скручують рулетиком і нарізають на тістові заготовки по 3 см.

Залишаємо для розстоювання на 30 хв. потім випікаємо 10 хв. при температурі 220.

Пиріжки печені. Тісто, приготоване опарним способом, розкачують на столі у джгут, розрізають на рівні шматки й формують їх у кульки. Через 5 хв кульки розкачують у круглі коржі й на середину кладуть начинку, краї коржа защипують над начинкою, додавши пиріжку форму човника. Пиріжки укладають на лист, змазаний жиром, швом униз, розстоюють 20—25 хв, перед кінцем розстойки змазують яйцем і випікають при температурі 230—240 °С.

Кількість продуктів, г: борошно — 633, цукор — 44, маргарин столовий — 19, сіль — 10, дріжджі пресовані — 19, вода — 300; фарш — 500, маргарин столовий для змазування листів — 25, яйця для змазування виробів — 4 шт., борошно для підпилювання — 174 г. Вихід: 20 шт. по 75 г.

Ватрушки. Тісто розкачують у джгут, розрізають на рівні частини, підкочують їх у кульки й кладуть на лист, змазаний маслом, на відстані 5 см один від іншого. Після неповного розстоювання в кульках роблять поглиблення дерев'яною маточкою, змазують краю яйцем, а в поглиблення кладуть сирну начинку. Після цього ватрушкам дають повне розстоювання й випікають при температурі 260—240 °С.

Кількість продуктів, г: борошно — 641, цукор — 39, маргарин столовий — 29, яйце — / шт., сіль — 10, дріжджі пресовані — 19, вода — 258; фарш — 600, борошно для підпилювання — 35, жир для змащення листів — 5, яйця для змащення ватрушок — 3—4 шт. Вихід: 20 шт. по 75 г.

Розтягаї. Приготовлене тісто розкачують на столі, підпиленому борошном, у великий шар товщиною 0,5 см. Виїмкою вирізують кружки, злегка розкачують качалкою й кладуть на кожний кружок фарш. Краї розтягая защипують, залишаючи середину відкритою. Залежно від виду фаршу перед закладенням тіста на фарш можна покласти шматочок риби, м'яса й кружечок яйця до м'яса. По обох кінцях просвіту краї коржа закручують, щоб при випіканні корж не розвертався.

Після розстоювання розтягаї випікають при температур 230— 240 °С.

Кількість продуктів, г: борошно — 748, у тому числі для підпилювання — 31, цукор — 30, маргарин столовий — 400,

яйця — 4 шт., сіль — 8, дріжджі пресовані — 14, вода — 280, олія рослинна для змащення листів — 2, фарш — 400. Вихід: 10 шт. по 150 г (з яйцем).

Кулеб'яка. Готове тісто розкачують у шар товщиною 6—8 мм, розрізають шириною 13—14 см. Уздовж смужки посередині кладуть фарш, потім обидва краї смужки з'єднують над начинкою й кладуть на лист гладкою стороною нагору. Поверхню кулеб'яки змазують яйцем.
Із цього ж тіста вирізують зірочки, ромбики, напівмісяці й кладуть їх зверху кулеб'яки. Кулеб'яку можна зробити й прямокутної форми. Кулеб'яці дають розстойку, ще раз змазують яйцем, роблять на поверхні проколи й випікають протягом 45— 60 хв при температурі 200—210 °С. Вироби можна випікати масою по 500 г і більше. Кулеб'яки перед подачею розрізають на порції по 100 г і 150 г.

Кількість продуктів, г: борошно — 641, цукор — 34, маргарин столовий — 29, меланж — 34, дріжджі — 19, сіль — 10, вода — 258, фарш — 530, яйця для змащення — 2 шт., жир для змащення листів — 25, борошно для підпилювання — 20. Вихід, г — 1000.

Пироги. Пироги випікають із опарного й безопарного тіста. Пироги можуть бути відкриті, напіввідчинені й закриті.

При приготуванні закритих пирогів тісто розкачують у шар товщиною 5—7 мм. Шар кладуть на лист, змазаний маслом; на поверхню рівномірним шаром кладуть фарш, а поверх нього шар з тіста, що має бути тоншим за нижній шар. Краї верхнього й нижнього шарів щільно защипують, а поверхню після розстоювання змазують яйцем й випікають протягом 30—40 хв.

На поверхні роблять проколи для видалення парів вологи.

При приготуванні напіввідкритих пирогів фарш зверху накривають тонкими смужками тіста, фігурно вирізаними. У відкритому пирозі краї злегка загортають і змазують яйцем.

Із дріжджового тіста часто готують здобу виборзьку фігурну.

Тісто для млинців і оладок. При приготуванні тіста для млинців у теплому молоці або воді розводять дріжджі, половинну кількість борошна й ставлять у тепле місце на 30 хв для шумування й збільшення обсягу в 2 рази.
У готову опару кладуть цукор, сіль, розтерті яєчні жовтки, жир. Усе перемішують і всипають інше борошно, потім вимішують до еластичного стану й ставлять для шумування.
Наприкінці шумування вводять збиті яєчні білки, залишають тісто на 15—20 хв для підйому й приступають до випічки млинців.

Млинці краще випікати на товстих сковорідках невеликого діаметру. На сковорідку з жиром, попередньо сильно нагріту, наливають тонкий шар тіста й смажать по обидва боки.
Тісто для оладок відрізняється тільки більш густою консистенцією.

Кількість продуктів, г: борошно — 72, яйце — 18, цукор — 3, маргарин столовий — 3, сіль — 1,5, дріжджі пресовані — 3, вода — 115, жир кулінарний для смаження — 4. Вихід, г — 150 (3 шт.).

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ФАРШІВ

Фарш для пиріжків, пирогів, кулеб'як, рулетів і інших борошняних виробів можна приготувати з м'яса, риби, овочів, грибів, круп, фруктів. Норма витрати продуктів дана на 1 кг виходу готового фаршу з урахуванням втрат при порціюванні. Смак, кольори, аромат фаршу залежить не тільки від сполучення різних видів продуктів, але й від способу їхньої теплової обробки.

Фарш м'ясний. М'якоть сирої яловичини, баранини або свинини нарізають на шматки по 40-50 г, обсмажують із жиром, кладуть у посуд, заливають водою або бульйоном так, щоб рідина покрила м'ясо, закривають посуд і тушкують.

Готове м'ясо пропускають через м'ясорубку й заправляють соусом, сіллю, перцем, зеленню.

Фарш можна приготувати й іншим способом. У пасеровану цибулю кладуть сире м'ясо, пропущене через м'ясорубку, перемішують, злегка обсмажують на сильному вогні, після чого доводять до готовності в жарочній шафі.

Готове м'ясо вдруге пропускають через м'ясорубку, а потім заправляють соусом і спеціями за смаком.

Для соусу ріпчасту цибулю дрібно нарізають і пасерують, додають пасероване борошно, розводять бульйоном, що залишився після тушкування м'яса, і, помішуючи, варять 8—10 хв. Соус повинен мати консистенцію густої сметани.

Кількість продуктів, г: яловичина — 1 409, або свинина — 1 303, або баранина — 1676, цибуля ріпчаста — 119, борошно — 10, маргарин столовий — 40, зелень петрушки — 9, перець мелений — 0,5, сель — 10. Вихід, г — 1090.

Фарш м'ясний з рисом. Варять розсипчастий рис і змішують його з м'ясним фаршем.

Кількість продуктів, г: яловичина — 1359, або свинина — 1035, або баранина — 1331, рис — 109, цибуля ріпчаста

— 100, борошно — 8, маргарин столовий — 60, зелень петрушки — 9, перець — 0,5, сіль — 10. Вихід, г — 1 000.

Фарш рибний. Філе свіжої риби без шкіри й костей розрізають на шматки й обсмажують. Готову рибу рубають ножем не дуже дрібно, додають розсипчастий рис, соус, дрібну рубану зелень, перець, сіль.

Кількість продуктів, г: риба — 1555, цибуля ріпчаста — 150, маргарин столовий — 100, борошно — 10, зелень петрушки — 10. Вихід, г — 1000.

Фарш зі свіжої капусти. Білокачанну капусту дрібно рубають, кладуть шаром не більше 3 см на лист із попередньо нагрітим жиром і смажать до готовності в жарочній шафі при 180—200 °С. При більш високій температурі частина капусти обвуглюється, а при недостатньо високій температурі капуста запарюється, набуває бурого кольору й смак її погіршується.

Коли капуста стане м'якою, смаження припиняють, капусту охолоджують, солять, додають рубані круті яйця й перемішують.

Кількість продуктів, г: капуста білокачанна свіжа — 1500, яйця — 3 шт., маргарин столовий — 10, яйця — 2,5 шт. або цибуля ріпчаста — 238, маргарин столовий — 302, перець чорний столовий — 0,2, петрушка (зелень) — 14, сіль— 10. Вихід, г— 1000.

Фарш сирний. Сир протирають або пропускають через м'ясорубку, додають вершкове масло, цукор, борошно, яйця, ванілін, сіль і добре перемішують масу.

Кількість продуктів, г: сир — 792, масло вершкове — 49, яйця — 2 шт., ванілін — 0,1, сіль — 5. Вихід, г — 1909.

Фарш яблучний. Свіжі яблука розрізають на чотири частини, вирізують серцевину, кожну частину яблука нарізають поперек на дрібні скибочки.

У посуд з яблуками кладуть цукор і, помішуючи лопаточкою, варять доти, поки яблука не почнуть розварюватися. Якщо яблука недостатньо кислі, то у фарш додають лимонну кислоту, розчинену у воді.

Кількість продуктів, г: яблука свіжі — 1137, цукор — 399. Вихід, г — 1090.

Із дріжджового тіста готують також булочні вироби, калачі й ін.

Булочка лимонна. Готують опарне дріжджове тісто. Формують булочки круглої форми, укладаючи на змазаний жиром лист. Дають підійти, після цього поверхню булочки надрізають, отриманий чотирикутник змазують яйцем, посипають здрібненими горіхами й випікають. Готові булочки просочують ароматизованим лимонним сиропом.

Кількість продуктів, г: борошно — 520, маргарин — 210, цукор — 100, яйця — 2 шт., дріжджі — 26, сіль — 6, молоко — 140, вода — 40, сік лимонний — 8 або лимон — 2/3 шт., горіхи для посипання — 30, яйце для змащення — 2/3 шт. Вихід, г — 100.

Булочка з **корицею**. Готують дріжджове опарне тісто, прошаровують його два рази вершковим маслом з перервою 15—20 хв для охолодження. Тісто розкачують у шар товщиною 1,5—2 см, розрізають на смужки шириною 18—20 см, поверхню посипають цукром, змішаним з корицею, і загортають у вигляді рулету, що зверху змочують молоком і ще раз посипають цукром з корицею. Рулет ріжуть на шматочки масою 55—60 г, надають форму книжечки, викладають на лист, дають підійти й випікають.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 590, цукор — 90, маргарин — 196, молоко — 190, дріжджі — 30, сіль — 5, ванілін — 0,04; для начинки: цукор — 100, кориця — 8, молоко для змочування — 10. Вихід, г — 1000.

Булочка з **маком.** Готове опарне дріжджове тісто розкачують у пласт завтовшки 0,4—0,5 см і шириною 20—25 см, рівномірно покривають начинкою з маку, загортають у вигляді рулету й розрізають на шматочки масою 45—50 г. Після розстоювання булочки змазують яйцем і випікають. Готові булочки охолоджують, верхню частину просочують цукровим сиропом і глазурують теплою помадкою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 400, цукор — 100, маргарин — 134, яйця — 1,5 шт., сіль — 4, дріжджі — 26, вода — 60; для начинки: цукор — 20, масло вершкове — 20, яйце — 1/3 шт.; мак — 100, мед — 20; для помадки: цукор — 80, какао — 2, вода — 26; для сиропу: цукор — 40, вино — 20, вода — 28. Вихід, г — 1000.

Булочка із кмином. З готового опарного дріжджового тіста формують булочки круглої форми масою 55—60 г, укладають їх на листі, дають трохи підійти, змазують яйцем поглиблення, заповнюють його вершковим маслом із кмином і випікають.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 550, маргарин — 230, цукор — 132, яйця — 2 шт., дріжджі — 26, сіль — 8, молоко — 134; для оформлення: яйце — 3/4 шт., кмин — 4, масло вершкове — 10. Вихід, г — 1000.

Ромова баба. Опарним способом готують некруте тісто. Наприкінці замісу в тісто вводять промиті і обсушені родзинки, нарізані дрібними кубиками цукати й підсмажені здрібнені горіхи. Розкачують тісто в джгут, нарізають на шматочки, підкочують кожний шматочок у круглу кульку, що укладають у змазану жиром гофровану формочку.

Розстоюють 30—40 хв, випікають при температурі 220—230 °С протягом 10— 15 хв. Вироби виймають із форми й дають постояти 6 год. Після цього опускають вузьким кінцем у холодний ромовий або коньячний сироп. Вийнявши із сиропу, ставлять вузьким кінцем догори, глазурують помадкою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 404, цукор — 100, маргарин — 100, яйця — 2 шт., дріжджі — 20, молоко — 102, родзинки — 50; для сиропу: цукор — 26, коньяк — 2,5, есенція ромова — 0,7, вода — 29; для помадки: цукор — 175, вода — 55, оцет — 18. Вихід, г — 1000.

Пиріг родзинково-цукатний. Готують дріжджове опарне тісто. Наприкінці замісу додають лимонну цедру, родзинки, цукати, підсмажені здрібнені горіхи. Викладають тісто на змазаний лист шаром 3—4 см, поверхню вирівнюють і випікають при температурі 200—220 °С. Після випічки охолоджують, нарізають на прямокутні шматки й посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 300, молоко — 100, дріжджі — 20, маргарин — 150, цукор — 100, яйця — 1,5 шт., родзинки — 100, цукати — 50, горіхи — 60; для посипання — цукрова пудра — 10. Вихід, г — 750.

Пиріг літній з вишнями. Цукор, маргарин і соду розмішують до однорідної маси, додають яйця, молоко й знову перемішують. Додають борошно й замішують тісто. Формують два круглих коржі товщиною 1 см (діаметр 25—27 см).

На змащене деко укладають один корж, на нього розкладають фарш (вишні без кісточок із цукром), зверху кладуть інший корж, краї тіста защипують. Після розстоювання пиріг змазують яйцем, наносять легкі надрізи у вигляді квадратів і випікають.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 350, цукор — 100, маргарин — 100, молоко (кисле) — 100, сода — 3,

сіль — 3, яйце — 1 шт.; для фаршу: вишня свіжа — 600, цукор — 60. Вихід, г — 1000.

Булочка, обсипана крихтою. Тісто ділять на шматки, кожний розкачують у джгут, ділять на шматочки потрібної маси й скачують із них кульки; змазують маслом і обсипають крихтою із цукром. Для її приготування борошно, цукор і пряжене масло (співвідношення 1:1:0,5) ретельно перемішують і протирають крізь сито.

Сформовані булочки укладають на змазані маслом дека. Після повного розстоювання в середині кожної булочки роблять поглиблення й наповнюють його повидлом або варенням. Випікають. Остиглі булочки обсипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 350, маргарин — 230, цукор — 130, яйця — 2 шт., дріжджі — 25, молоко — 140; для посипання: цукор — 9, масло пряжене — 12, борошно — 6, варення або повидло — 38, цукрова пудра — 10. Вихід, г — 1000.

Булочка оригінальна. Готове опарне тісто ділять на шматки по 80 г, формують булочки, укладають їх на лист й дають повну розстойку. Перед закінченням розстоювання на кожній булочці роблять хрестоподібний надріз; вироби змазують меланжем, посипають борошняною крихтою й цукром і випікають.

Кількість продуктів, г: борошно — 429, вода — 195, маргарин — 55, цукор — 123, дріжджі — 18, сіль — 5, яйце — 1 шт., есенція лимонна — 0,2; для крихти: борошно — 29, масло вершкове — 15, цукор — 15. Вихід, г — 750.

Калач «Весна». Здобне дріжджове тісто розділяють на дві частини, розкачують смужки довжиною 28—30 см, скручують джгутом, надаючи форму півмісяця. Укладають на змазані дека, дають розстоятися. Після цього змазують яйцем і випікають при температурі 180—260 °С 30—40 хв. Після випічки посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: борошно — 550, маргарин — 75, цукор — 110, яйця — 1,5 шт., дріжджі — 70, цукор ванільний — 4, яйце для змащення — 0,5 шт. Вихід, г — 1000.

Кекс травневий. Готують опарне дріжджове тісто. Наприкінці замішування додають нарізані дрібними кубиками цукати й підготовлені родзинки. Готове тісто укладають у форми, змазані маслом, дають розстоятися, змазують яйцем і випікають при температурі 210— 215 °С. Готовий кекс посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: борошно — 562, вода — 162, маргарин — 110, цукор — 160, дріжджі— 23, яйця— 2,5 шт., сіль — 2, родзинки — 94, ванільний цукор — 4, цукати — 42, цукрова пудра — 11. Вихід, г — 1000.

Крендель. Готують дріжджове опарне тісто з родзинками, цукатами й шафраном. Розкачують у шар товщиною 3,5—4 см, формують у вигляді кільця, укладають на змазаний лист. Після розстоювання змазують яйцем і посипають підсмаженими рубленими горіхами, випікають при температурі 210— 220 °С. Після випічки посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: борошно — 400, цукор — 100, яйця — 4 шт., маргарин — 160, вода — 15, родзинки — 80, сіль — 2, дріжджі — 20, ванільний цукор — 0,4 цукати — 45, шафран — 0,01, горіхи — 95, цукрова пудра — 15. Вихід, г — 1000.

Печиво «Карамболь». Замішують опарне дріжджове тісто. Воно повинне бути крутим. Тісто розкачують у джгут діаметром 4—5 мм, від якого відрізають шматочки по 5 г, формують у вигляді різних фігурок. Виробу складають на змазане деко, дають розстоятися, змазують жовтками, посипають цукром і випікають при температурі 250—260°С.

Кількість продуктів, г: борошно — 694, цукор — 238, маргарин — 64, яйце — 1/ шт., молоко — 55, дріжджі — 21, сіль — 8, ванілін — 0,2, цукор для посипання — 35, жовтки для змащення — 1/2 шт.

Рогалик з родзинками. Замішують дріжджове тісто й ставлять для шумування. Для начинки родзинки перебирають, промивають окропом, потім заливають кип'яченою водою й ставлять для набрякання. Потім відціджують на друшляк, просушують, змішують із повидлом.

Готове тісто обробляють на порціонні шматки, розкачують качалкою, на середину кладуть начинку, скручують, надаючи форму рогалика. Укладають вироби на змазаний маргарином лист, ставлять на розстоювання й випікають при температурі 220 °С. Готовий виріб занурюють у шоколадну помадку.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 520, цукор — 80, маргарин — 260, яйця — 2,5 шт., сіль — 4, вода — 160, дріжджі — 40; для начинки: родзинки — 60, повидло — 60, для помадки: цукор — 60, вода — 18, какао — 10. Вихід, г — 1000.

Пиріжки з абрикосами, яблуками, вишнями. Тісто дріжджове готують опарним способом. З готового тіста формують пиріжки. Сформовані пиріжки укладають швом униз на лист, попередньо змазаний рослинною олією, і дають розстоятися.

Випікають 7—8 хв при температурі 200—240 °С. ***Кількість продуктів, г:*** для тіста: борошно — 365, цукор — 50, маргарин — 450, яйце — 1 шт., дріжджі — 15, сіль — 5, молоко — 110; для фаршу: яблука — 110, або вишні — 126, або абрикоси 152, цукор — 30. Вихід, г — 750.

ДРІЖДЖОВЕ ЛИСТКОВЕ ТІСТО

Цей вид тіста часто називають ще кислим листковим. Особливість його приготування в тому, що готове дріжджове тісто прошаровують маслом. Шарів у такому тісті набагато менше (до 32), чим у звичайному листковому, тому що при подальшому розкочуванні й інтенсивному розтягуванні шару тонкі шари можуть розірватися й шаруватість погіршиться.

Готувати тісто й формувати вироби треба при 17— 20 °С. Якщо температура в приміщенні більше висока, тісто потрібно періодично охолоджувати, але так, щоб вершкове масло (або маргарин) не затверділо.

Затверділе масло при розкачуванні тіста кришиться, і його дрібні крупинки з гострими краями ріжуть і розривають шари тіста, порушуючи його структуру; під час випікання виробів масло випливає.

Приготування дріжджового листкового тіста складається з наступних основних операцій: виготовлення дріжджового тіста опарним або безопарним способом; прошарування тіста маслом; формування виробів; розстоювання.

Розстоювання необхідне, тому що в процесі приготування листкового тіста більша частина вуглекислого газу улетучується, і потрібний час, щоб він знову нагромадився.

Із дріжджового листкового тіста випікають булочки, булочки з марципаном, пиріжки, крученики, кулеб'яки, слойки з повидлом і інші вироби.

Дріжджове тісто, приготоване опарним або безопарним способом, розкладають на листи й охолоджують до 20—22 °С.

В охолодженому тісті масло не розтоплюється й не проникає в його шари, що забезпечує гарне розпушення тіста й полегшує формування виробів.

Потім розкачують тісто в прямокутний шар товщиною 5—8 мм і, не розрізаючи його, намічають тупою стороною ножа лінії, що як би ділять шар на три рівні частини.

Вершкове масло (маргарин) теж має бути охолодженим до 20—22 °С, бути однорідним, пластичним, без грудок, з консистенцією густої сметани.

На середню третину шару наносять шар підготовленого масла, закривають його лівою частиною тіста, зверху змазують маслом і накладають правий шар тіста. У результаті виходить завертка, що складається із трьох шарів тіста й двох шарів масла.

Тісто посипають борошном і розкачують в одному напрямку шар товщиною 1—1,5 см. Змітають борошно м'якою щіткою й складають шар учетверо. Виходить шар з вісьма шарами масла. Його знову розкачують, складають удвічі, утроє або вчетверо — утвориться шар з 16, 24 або 32 шарами масла.

Для того щоб поліпшити шаруватість виробів, потрібно масло, узяте для прошарування, посипати цукром (50 % норми); інший цукор кладуть у тісто при замісі.

Тісто, прошароване маслом, ставлять у охолодне місце на 20—30 хв, а потім приступають до формування виробів.

Під час прокачування стіл і поверхню тіста посипають борошном, потім його змітають щіткою.

Розшарування виробів роблять при 25—28 °С (при більше високій температурі масло плавиться й випливає з тіста до випічки).

З листкового дріжджового тіста в сільській місцевості готують наступні вироби.

Слойка з марципаном. Тісто розкачують у шар товщиною 5—6 мм, змазують його розтопленим маслом, розрізають на трикутні коржі з основою 100—200 мм. Марципанову (горіхову) начинку кладуть ближче до основи трикутника; тісто загортають рулетом і загинають у вигляді підкови.

Начинку готують так. Мигдаль або горіхи подрібнюють у м'ясорубці (мигдаль можна змішати із цукром), потім з'єднують із яйцями й все добре перемішують.

Сформовані вироби укладають на змащений маслом лист, дають розстоятися 50—60 хв, потім змазують маслом і випікають при 250—260 °С. Через 30—40 хв після випічки вироби обробляють теплою (30—40°) помадкою й посипають рубленими горіхами.

Кількість продуктів, г: борошно — 525, цукор — 90, маргарин — 140, дріжджі — 20, вода — 225, яйця — 2 шт., сіль — 10; для начинки: цукор — 15, яйце — 3/4 шт., горіхи — 72; для помадки: цукор — 83, вода — 30, оцет — 3. Вихід, г — 1000.

РІЗНІ БУЛОЧКИ

«Конверт». Готове тісто розкачують на столі, підпиленому борошном, у рівний прямокутний шар товщиною 5—8 мм. Шар розрізають на квадрати (8 × 8 см, 56 г); кути піднімають, загинають до центру й злегка притискають пальцем. Булочки кладуть на змащений маслом лист; місця, де булочки стикаються, змазують маслом, щоб вони при розстоюванні й випіканні не злипалися.

«Трикутник». Квадрат тіста складають по діагоналі; по краях злегка придавлюють ножем або роблять неглибокі надрізи.

«Книжка». Квадратик тіста перегинають уздовж навпіл; краї злегка протискують ножем або роблять на них неглибокі надрізи.

Слойка з повидлом. Дріжджове листкове тісто розкачують у шар товщиною 10 мм, а потім розрізають уздовж на смуги шириною 100—120 мм. Уздовж кожної смуги (по середині) з кондитерського мішка випускають повидло. Один край смуги змазують меланжем. Складають смугу уздовж навпіл, згортають у джгут, защипують. Слойку перевертають швом униз, злегка придавлюють і розрізають на булочки. Укладають їх на листі й залишають для розстоювання. Потім змазують меланжем і випікають.

Кількість продуктів, г: борошно — 410, цукор — 72, маргарин — 120, дріжджі — 16, вода — 185, яйця — 1,5 шт., яйце для змащення — 1/4 шт., повидло — 100. Вихід, г — 750.

Слойка плетена. Дріжджове листкове тісто розкачують шаром товщиною 2 см і шириною 30 см. Нарізають на рівні смужки, які скручують у вигляді джгута. Із трьох джгутів плетуть косу, кладуть на змазаний лист. Після розстоювання змазують яйцем і посипають горіхами. Після випічки розрізають на частини. Із цього тіста можна приготувати вінок або порціонні кручені вироби.

Кількість продуктів, г: борошно — 620, цукор — 80, яйця — 2,5 шт., маргарин — 60, молоко — 200, сіль — 10, дріжджі — 20, мускатний горіх — 0,1, кардамон — 0,1, лимонна есенція — 0,2, масло вершкове для шарування — 199, цукор — 60, горіхи — 60. Вихід, г — 1000.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ РІЗНИХ ВИДІВ БЕЗДРІЖДЖОВОГО ТІСТА ТА ВИРОБІВ З НЬОГО

Бездріжджове тісто розрізняється між собою як за складу, так і за способом приготування. До складу бездріжджового тіста входять борошно, яйця, цукор, молоко або вода; для розпушення деяких видів тіста кладуть питну соду або вуглекислий амоній. До бездріжджового тіста належать пісочне, листкове, бісквітне і інші види тіста.

ПІСОЧНЕ ТІСТО

Торти, тістечка й печиво з пісочного тіста розсипчасті, тому й називаються «пісочними».

Тістечко «Травневе»

Найменування	Витрата сировини на 100 шт. у грамах			
	Пісочний п/ф	Повітряний п/ф	Фруктова начинка	Разом
Борошно в/с	1200			1200
Цукор	400	1000		1400
Маргарин	500			500
Жовтки шт. /г	12,5/195			195
Білки		16/400		400
Вода	100			100
Сода	15			15
Повидло			250	250
Разом сировини	2410	1400	250	4060
Вихід н/ф	1800	1000	200	
Вихід готової продукції				3000

Технологія приготування. З пісочного тіста формують коржа круглої форми, випікають при температурі 180 °С. На остиглий пісочний корж відсажують фруктову начинку, потім повітряний напівфабрикат, прикрашають.

Торт «Мрія»

	Бісквіт	Крем	Всього	Тих., вимоги
Борошно в/г	2,6		2,6	ГСТУ 46004-99
Цукор	1,5	2	3,5	ДСТУ231693
Маргарин	2,2		2,2	ДСТУ 4465-2005
Яйця	45/1,8		45/1,8	ДЕРЖСТАНДАРТ 2156-76
Сода	0,06		0,06	ДЕРЖСТАНДАРТ
Ванілін		0,08	0,08	ДЕРЖСТАНДАРТ 16599-71
Масло вершкове		1,1	1,1	ДЕРЖСТАНДАРТ 3791
Горіхи		0,5	0,5	

Технологія приготування. З маргарину, жовтків, соди, ванільного цукру й борошна замішуємо пісочне тісто і виносимо на холод. Розкачуємо тоненькі пласти тіста, посипаємо горіхами, зверху поливаємо збитими з цукром білками. Випікаємо при температурі 200—220 °С 10—15 хв. Охолоджуємо й склеюємо масляним кремом.

Тістечко «Шоколадній рай»

Найменування сировини	Пісочно масл. н/ф доп. рецеп.	Начинка сг. мл. і повидло	Помада шок.	Помада № 99	Підсумок
Борошно в/с	2425				2425
Цукор-пісок	850		544	246	1640
Меланж	*297*				297
Масло хрест.	1274				1274
Сода	6,2				6,2
Есенція	8,2		109	0,9	11
Сіль	8,2				8,2
Молоко цільне					
Сгущене з цукром		611			611
Повидло фрукто-во-ягідне		698			698
Патока			82	37	119
Какао-порошок			34		34

Найменування сировини	Пісочно масл. н/ф доп. рецеп.	Начинка сг. мл. і повидло	Помада шок.	Помада № 99	Підсумок
Пудра ванільна		1,7			1,7
Вода		181		82	263
Маса сировини	4868,6	1309	844	365,9	7588,1
Маса н\ф	4120	1236	721	309	
Вихід	4000	1200	700	300	6200

Технологія приготування. Готове пісочне тісто розрізають на шматки, які формують у вигляді трикутника. Приготовлене тісто розкачують на столі до товщини 3—4 мм, за допомогою штампа, що має овальну форму, з гофрованими краями формують напівфабрикати, які випікають при температурі 215—240 градусів протягом 12—15 хвилин.

Після випічки, напівфабрикат охолоджують, потім склеюють начинкою зі згущеного молока й повидла.

Поверхню глазурують шоколадною помадою й прикрашають білою помадою.

Для пісочного тіста використовують борошно з невисоким вмістом клейковини; з борошна з більшою кількістю клейковини пісочне тісто виходить тугим, а готові вироби — твердими, грубими.

Присутність у тісті великої кількості жиру забезпечує його пластичність і розсипчастість виробів. При зменшенні кількості жиру виходять вироби більш щільними й тверді. Часткова заміна цілих яєць яєчними жовтками збільшує розсипчастість і ніжність виробів. Яйця частково можна замінити водою, від цього збільшується пластичність тіста, але смак виробів погіршується.

При замішуванні температура тіста повинна бути 17—20 °С, якщо температура буде вища, то масло розм'якшується, пластичність тіста погіршується й ускладнюється формування виробів.

Масло, цукор, сіль і есенцію розмішують дерев'яною веселкою до зникнення грудок, додають яйця, після чого всипають борошно, змішане із содою й амонієм, і місять 1—2 хв до одержання однорідної маси.

Тісто формують у вигляді прямокутного шматка — цеглини, кладуть на стіл із зовсім рівною поверхнею, посипають борошном і качалкою розкачують по напрямку від середини в усі боку, при цьому під тісто підсипають 2—3 рази борошно. Розкатане тісто повинне бути однакової товщини, тому що при випіканні тонкі місця підгорають, а, товсті не пропікаються.

Випікають вироби з пісочного тіста при температурі 240—260 °С. З пісочного тіста гоутють печиво, тістечка, торти.

Наприклад, тістечко **«Смужка із кремом».** Шматки готового тіста розкачують у шари товщиною 3—4 мм, кладуть на доко і випікають протягом 12—15 хв.

Один випечений і охолоджений шар покривають шаром крему за допомогою широкого ножа; у другого спеченого шару обрізають краї, після чого, злегка постукуючи рукою об лист, насувають його на шар із кремом.

На поверхню склеєного коржа наносять шар крему й кондитерським гребінцем проводять хвилясті лінії.

Розрізають коржі так, щоб вони мали прямокутну форму (4 × 9 см).

Випечений пісочний корж легко кришиться, тому, щоб одержати тістечка з рівними краями, потрібно ніж під час різання періодично занурювати в гарячу воду.

Верх тістечка прикрашають кремом, цукатами, консервованими або свіжими фруктами.

> ***Кількість продуктів, г:*** для тіста: борошно — 278 (у тому числі для підпилювання — 20), цукор — 103, масло вершкове 154, яйця — 2 шт., сіль — 10, сода — 3, амоній 3, есенція — 1; для крему: цукрова пудра — 65, масло вершкове — 122, молоко сгущене — 49, какао-порошок — 12, коньяк — 0,4, ванільна пудра — 0,1, фрукти або цукати для обробки — 23. Вихід, г — 75 (10 шт.).

Тістечко «Кошик з желе й фруктами». Пісочне тісто розкачують у вигляді шару товщиною 5—6 мм, кладуть на тісто формочки й притискають їх, або виїмкою діаметром 9—10 см вирізають круглі коржі. Кладуть корж у формочку й великими пальцями рук придавлюють тісто таким чином, щоб воно ввійшло в гофровані візерунки на формочці. Випікають при температурі 240—260 °С, виймають кошики з формочок, наповнюють фруктовою начинкою, кладуть цукати, свіжі й консервовані фрукти й заливають желе.

> ***Кількість продуктів, г:*** для тіста: борошно — 168, у тому числі для підпилювання — 12, цукор — 62, маргарин вершковий — 83, яйце — / шт., сіль — 1, сода — 1, амоній — 1; для фруктової начинки: цукор — 12, повидло — 110, есенція — 0,3; для желе: цукор — 29, есенція 0,5, коньяк — 2, лимонна кислота — 0,1, агар — 0,7, харчовий барвник — 1, вода — 350, фрукти (цукати) — 343. Вихід, г — 80 (10 шт.).

Торт «Абрикотин». З пісочного тіста розкачують коржі, випікають. Після остигання їх склеюють вершковим кремом з абрикосовим лікером. Поверхню й боки глазурують рожевою помадкою, на яку з папе-

рової трубочки наносять лінії шоколадною помадкою. Прикрашають торт смаженими горіхами, фруктами або цукатами.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 257, цукор — 97, масло вершкове — 145, яйце — 1 шт., сіль — /, сода — 0,2; для крему: цукор — 101, масло вершкове — 115, молоко — 68, яйце — 1/2 шт., есенція — 0,1, ванілін — 0,1, коньяк — 0,5, лікер абрикосовий — 2; для помадки: цукор — 174, есенція — 0,1, оцет — 5, вода — 70, какао — 4, лікер абрикосовий — 10. Вихід, г — 1000.

Трубочка горіхова. Масло розм'якшують до пишності протягом 10—15 хв, поступово додаючи охолоджену сметану, борошно. Замішують тісто до однорідної консистенції, температура тіста при замісі повинна бути не вище 13—15 °С.

З готового тіста, розібраного на шматки масою 40 г, розкачують коржі так, щоб один бік був ширшим. На широку частину кладуть начинку, защипують тісто над начинкою й загортають у вигляді трубочки. Підготовлені вироби укладають на змазаний лист і випікають протягом 20—30 хв при температурі 160—170 °С. Готові трубочки змазують яєчними жовтками.

Для начинки: волоські горіхи очистити, підсушити, подрібнити ножем, додати цукор, мед, корицю й все ретельно перемішати.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 385, масло вершкове — 115, сметана — 193, яйце — 1 шт.; для начинки: горіхи (ядро) — 193, цукор — 155, мед — 39, кориця — 2. Вихід, г — 1000.

Тістечко «Пісочна трубочка в шоколадній помадці». Маргарин, цукор, есенцію змішують до однорідної маси, поступово додаючи яйця. Борошно змішують із содою, сіллю, уводять у суміш маргарин із цукром і замішують тісто. Розкачують у шар товщиною 2—3 мм, нарізають смужками розміром 8 × 11 см, надають їм форму трубочок і випікають при температурі 240—260 °С протягом 15—20 хв. Теплі трубочки глазурують помадкою, а після охолодження заповнюють кремом.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 450, цукор — 164, маргарин — 230, яйця — 1,5 шт., есенція — 2, сода — 0,4, сіль — 2; для помадки: цукор — 286, есенція — 0,8, какао — 10, вода — 70; для крему: цукор — 52, масло вершкове — 114, молоко — 94. Вихід, г — 1300.

Тістечко «Українське». Два пісочні шари з'єднують повидлом, на поверхню верхнього наносять шар яєчно-цукрової суміші й тонкими

лініями різної конфігурації наносять повидло. Випікають при температурі 200 °С протягом 10 хв. Готові вироби розрізають на окремі тістечка (85 × 40 мм).

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 336, цукор — 124, маргарин — 186, яйце — 1 шт.; сіль — 1, сода — 0,3, есенція — 1,3, повидло — 110; жовткова маса: цукрова пудра — 25, яйце (жовток) — 1 шт. Вихід, г — 750 г.

Тістечко «Плетіння українське». Тістечко складається з пісочного шару, поверхня якого шприцьована почергово смужками горіхової маси й фруктової начинки.

Шпринцювання проводять на напівготовий пісочний шар. Потім вироби доводять до готовності й нарізають.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 252, цукор — 94, масло вершкове — 140, яйце — 1 шт., сода — 0,3; для горіхової маси: борошно — 40, цукор — 3000, білки — 6 шт., горіхи — 150, повидло — 400. Вихід, г — 1350.

Кренделькы чайні. Розкачують листкове тісто, змазують його яйцем, на нього накладають шар пісочного тіста, нарізають смужки шириною 1,5 см, довжиною — 20 см. Смужки скручують у вигляді спирали, надають форму кренделя, викладають на лист, змазують яйцем, посипають цукром і випікають.

Кількість продуктів, г: пісочне тісто: борошно — 280, маргарин — 174, цукор — 94, яйце — 1 шт., кориця — 0,03; листкове тісто: борошно — 360, маргарин — 200, яйце — 1/2 шт., яйце для змащення — 1/2 шт. Вихід, г — 100.

Торт «Лимонний». Масло, цукор збивають до однорідної маси й поступово додають жовтки й сметану. Коли маса стане еластичною і пишною, додають соду й есенцію, потім борошно. Вирізують коржі круглої форми, випікають їх при 250 °С. Охолоджують. Склеюють кремом.

Тістечко «Соняшник»

Рецептура	Витрати сировини (нетто) у г на 100 шт.			Всього сировини на 100 ш.(г)	У сух. речов. (г)
	песочн. корж	мастика	обсипка		
Борошно в/г	1400			1400	1197
Цукор-пісок	396			396	395

Рецептура	Витрати сировини (нетто) у г на 100 шт.			Всього сировини на 100 ш.(г)	У сух. речов. (г)
	песочн. корж	мастика	обсипка		
Маргарин	570			570	479
Яйця	240			240	66
Сіль	6			6	6
Пудра рафінадна		150		150	149
Желатин		50		50	42
Горіх			460	460	432
Молоко сгущене				350	259
Вихід готової продукції на 100 шт				3500	3026
на 1 шт.				35	

Технологія виготовлення. Пісочне тісто розкатують у пласти завтовшки 5 мм, нарізають у формі невеликих паляниць. Випікають у духовій шафі при температурі 220—240°С. Готові тістечка змазують згущеним молоком, прикрашають мастичними виробами у формі соняшника та горіхами.

Торт пісочний «Берізка». З пісочного тіста роблять три круглих коржі й випікають. Після охолодження один корж змазують повидлом, накривають іншим коржем, покритим білим вершковим кремом. Накривають третім коржем, змазують повидлом і глазурують шоколадною помадкою.

Торт посипають крихтою й оформляють кремом у вигляді берізок.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 263, цукор — 97, маргарин — 146, яйце — / шт., сода — 0,2, сіль — 1, есенція — 1, повидло — 205; для помадки: цукор — 25, какао — 3; для крему: цукрова пудра — 81, масло вершкове — 151, молоко згущене — 60.

Кошики пісочні з чорносливом та шоколадом. Закладка сировини на 10 кг. н/ф (гр.)

Рецептура	(гр.)
Борошно в/г	1500
Цукор	5000

Рецептура	(гр.)
Маргарин вершковий	3110
Меланж	725
Сода	5
Амоній	5
Есенція	21
Сіль	20
Чорнослив	2500
Горіхи	500
Шоколад	200

Технологія приготування. Готуємо пісочне тісто. Готове тісто розкатуємо в шар товщиною 3—4 мм. На шар накладаємо гофровані металеві формочки, прокатуємо скалкою. Тісто вирізається по формі кошика. Все тісто розрівнюємо по формочці. Випікаємо при температурі 200 °С, 15 хвилин. Готові формочки заповнюємо чорносливом з горіхами, посередині прикрашаємо шоколадним візерунком.

Тістечко Кошик «Буратіно». Закладка сировини на 10 кг виробів. Вихід 1о тістечка 50 г (30/20 г))

Рецептура	(гр.)
Борошно	3740
Маргарин	1550
Цукор	4350
Яйця	6
Ванільний цукор	60
Сіль	100
Повидло	1200
Білок сухий	240
Агар	20
Шоколад	100

Технологія приготування. З готового пісочного тіста круглою виїмкою вирізаємо круглі коржі 7—8 мм. На готові коржі за допомогою гладкої трубочки з кондитерського мішка відсаджуємо білковий крем, у вигляді вулкана з загостренням догори. Знизу боки обсипаємо бісквi-

тною крошкою. Вироби прикрашаємо з корнетика шоколадом у вигляді «Буратіно».

Торт «Прем'єра»

Набір сировини	Одиниці измер.	Кількості
Борошно	кг	3
Маргарин	кг	1,53
Цукор	кг	1,68
Яйце	шт.	10
Масло вершкове	кг	1,5
Горіх	кг	0,51
Какао	кг	0,408
Повидло	кг	*1,4*
Помада шоколадна	кг	0,9
Сода	кг	0,025
Есенція	кг	0,010
Сіль	кг	0,010

Технологія приготування. Пісочне тісто розкачують у шар товщиною 3—4 мм, вирізують коржа круглої форми. Після випічки й охолодження шари перемазують по черзі повидлом і шоколадним кремом. Поверхню торта прикрашають шоколадним кремом і глазур'ю.

ТОРТ «Свято юності»

Найменування сировини	Од. виміру	Пісочний н/ф	Повітряний н/ф	Крем	Мастика
Борошно	г	167			
Цукор	г	61,85	136,77		
Масло селянське	г	92,78		156,70	
Яйці	шт..	1/2			
Сода	г	0,17			

Найменування сировини	Од. виміру	Пісочний н/ф	Повітряний н/ф	Крем	Мастика
Амоній	г	0,17			
Есенція	г	0,62			
Сіль	г	0,62			
Білок	г		68,20		
Ядро горіха	г		58,13		
Пудра ван.	г		1,71	1,55	
Пудра цукрова	г			83,57	188,77
Молоко згущ. варене	г			62,68	
Коньяк	г			0,52	
Желатин	г				2,10
Вихід	1000 г.				

Технологія приготування. У тістомісильній машині замішуємо вершкове масло, цукор, яйця, амоній, соду, сіль і перемішуємо 20—30 хв., потім додаємо борошно й місимо 1—2 хв. Підготовлене тісто формуємо й переносимо на кондитерські листи. На пісочний напівфабрикат виливаємо повітряний напівфабрикат з горіхами, який готуємо так: яєчні білки охолоджуємо до 2 °С і збиваємо при малій, а потім при великій кількості обертів до збільшенні в об'ємі в 7 разів і додаємо цукор, ванільну пудру. Час — збивання 30—40 хв. Додаємо подрібнені смажені горіхи Випікаємо при температурі 180—200 °С. Напівфабрикат перемащуємо кремом із вершкового масла, згущеного вареного молока, цукрової пудри, коньяку. Торт обтягуємо цукровою мастикою.

Печиво «Суворівське». Масло із цукром і ваніліном розтирають до білих кольорів, поступово додаючи яйця, борошно. З кондитерського мішка висаджують на лист круглі й довгасті фігурки. Випікають при температурі 238—240 °С.

Після охолодження вироби склеюють попарно начинкою, приготовленою змішуванням і короткочасним розтиранням продуктів за рецептом. Потім половинки виробів глазурують шоколадом.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 265, цукрова пудра — 159, яйця — 2,5 шт., масло вершкове — 159, ванілін — 0,1; начинка: ванілін — 0,1, помадка — 96, цукор — 15, вода — 10, какао — 24, молоко згущене — 48; для глазурі: шоколад — 263. Вихід, г — 1000.

Сочники. Вершкове масло, цукор, сметану, яйця, сіль перемішують до одержання однорідної маси, додають борошно й замішують тісто. Витримують його на холоді 1 годину. Розкачують товщиною 0,5—0,8 см і вирізують овальні коржики, на середину кладуть фарш і защипують. Випікають.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 285, масло вершкове — 55, цукор — 160, яйце — 1 шт., сода — 7, сметана — 90, сіль — 1; фарш — борошно — 35, масло вершкове— 10, цукор — 30, яйце — 1/3 шт., сир — 175. Вихід — 750.

ЛИСТКОВЕ ТІСТО

Секрет одержання гарних листкових виробів полягає в умінні при приготуванні тіста зберегти без розривів його шари.

Приготовлене тісто має бути однорідним, дуже еластичним.

Для одержання еластичного тіста використовують борошно з м'яких сортів пшениці з високим змістом клейковини — 35—40 %.

На еластичність клейковини й шарування сприятливо впливає сіль. Готова продукція з достатньою кількістю солі має рельєфний малюнок, тонкі рівні шари; при нестачі солі вироби виходять розпливчастими. Лимонна, виннокам'яна, оцтова або молочна кислота також сприятливо впливають на шароутворення. Однак підвищений зміст кислоти погіршує смак і деформує вироби.

Готувати листкове тісто слід в приміщенні з температурою 15—17 °С. За нищої температури шари масла в тісті застигають і при розкочуванні кришаться. Гострі крихти розривають шари тіста, і масло під час випікання випливає з виробу.

При вищій температурі масло розтоплюється, проникає в шари тіста, внаслідок чого погіршується його еластичність.

При замішуванні листкового тіста із загальної кількості просіяного борошна залишають 5—10 % для перемішування з маслом і 5—8 % для підсипання при розкочуванні тіста.

Сіль і кислоту розчиняють у воді (використовують 3/4 загальної кількості води, що покладається по нормі), додають яйця, потім всипають борошно й замішують тісто вручну, поступово додаючи воду, що залишилася. Після замішування тісто залишають на столі протягом 30 хв для набрякання й ослаблення клейковини, накривши вологою тканиною.

Замісивши тісто, готують масло: його злегка розм'якшують, змішують із борошном, розминаючи грудки. У результаті масло робиться більше сухим, пластичним. Масло, змішане з борошном, формують у прямокутні шари, охолоджують.

Готове тісто розкачують на столі у вигляді невеликого прямокутника так, щоб краю були небагато тонші, ніж середина. На середину

тіста кладуть підготовлений шматок масла й загортають тісто у вигляді конверта. Підготовлене тісто розкачують товщиною 1 см (розкачувати тісто треба повільно й плавно), після цього змітають із шару борошно й складають учетверо так, щоб протилежні краї сходилися не на середині шару, а трохи відступивши убік. Розкатане тісто залишають на 20 хв на холоді, протягом цього часу тісто слабшає й при подальшому розкочуванні не розривається.

Після кожного розкочування й шарування тісто потрібно охолоджувати, але при цьому уникати затвердіння масла. Щоб під час охолодження поверхня тіста не покрилася скоринкою, що зберігається в готовій продукції й надає їй твердість, тісто накривають листом або серветкою, змоченою у воді, або змазують маслом, розтопленим до густоти сметани.

Охолоджене тісто знову розкачують, складають учетверо й знову охолоджують не менш 30 хв, потім знову розкачують, складають утроє й охолоджують.

Через 45 хв слойку розкачують востаннє. При такому розкачуванні виходить 144 шари масла.

Щоб шари тіста, покладені на листи не деформувалися при випіканні, потрібно розкачувати їх не за розміром листів, а небагато довше й ширше. Поверхню слойки змазують яйцями. При цьому не слід змазувати краї виробів, тому що при випіканні вони твердішають, що погіршує підйом тіста.

Випікають слойку при температурі 250—260 °С, дуже обережно, без струсу, інакше виробу «сядуть» і утвориться сирий шар. З листкового тіста готують пиріжки, пироги, торти, тістечка.

Пиріжки печені з листкового тіста. Існує три способи приготування пиріжків.

За першим способом готове листкове тісто розкачують у вигляді чотирикутного шару товщиною 5—6 мм. Овальною виїмкою розміром 8 × 11 см вирізують коржик, на середину якого кладуть начинку. Одним краєм коржа, що змазаний яйцем, закривають начинку й злегка притискають поверхню пиріжка, відступивши від краю, після чого негайно випікають при температурі 240—250 °С.

Другим способом готують і розкачують тісто, розрізають його на шматки квадратної форми розміром 8 × 8 см, посередині кладуть начинку так, щоб вийшов пиріжок у вигляді трикутника. В іншому приготування аналогічне першому способу.

По третьому способу приготоване, розкатане тісто розрізають навпіл. Один шар тіста змазують яйцями й круглою виїмкою намічають коржі, на які кладуть фарш.

Нижній шар тіста з фаршем накривають незмазаним шаром тіста й тупою виїмкою притискають тісто навколо начинки, потім круглою

гладкою або гофрованою виїмкою вирізують пиріжки, змазують їх яйцями, укладають на лист, змочений водою, і випікають.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 230, маргарин вершковий — 150, яйце — 1/2 шт., кислота лимонна — 0,5, сіль — 4, вода — 105; вихід тіста — 580; фарш: 300, яйце для змащування пиріжків 1/3 шт. Вихід: 10 шт. — по 75 г.

Ріжок листковий зі згущеним молоком. З готового листкового тіста розкотати шар товщиною 3—4 мм, розрізати тісто на смужки розміром 2 × 30 см, масою 50—55 г, кожну смужку навернути на металеву конусоподібну трубочку так, щоб чверть ширини смужки лягла на попередній виток. Поверхню трубочок змазують яйцями, укладають на змочений водою лист і випікають при температурі 240—260 °С. Після цього металеву трубочку виймають. Виріб охолоджують і наповнюють увареним згущеним молоком.

Кількість продуктів, г: борошно — 263, маргарин — 175, сіль — 2, яйце — 1/2 шт., оцет — 3, цукрова пудра — 50, молоко згущене — 400. Вихід, г — 800.

Язики листкові. Готують листкове тісто з вершковим маргарином. З тіста, розкатаного шаром завтовшки 5—6 мм, гофрованою виїмкою розміром 7 × 10 см вирізають язики у вигляді коржів овальної форми. Підготовлені вироби укладають на стіл, посипаний цукровим піском і качалкою витягують їх, притискаючи до цукру. Потім язики кладуть на лист, змочений водою й випікають при 280—300 °С доти, поки цукор на поверхні не почне трохи плавитися, що надає виробам блиск. Щоб язики не здувалися, треба уздовж них посередині провести смужку зубчастим різаком.

Тістечко «Наполеон». Готують листкове тісто, розкачують шаром товщиною 4—6 мм і укладають на лист, змочений водою.
Щоб шари при випічці не здувалися, проколюють у декількох місцях і витримують до випікання 10—15 хв. Випікають шари при 210—230 °С. Готовність шару визначають підняттям одного з кутів шару. Якщо шар не згинається, значить він спечений.
На охолоджений шар наносять крем, накривають іншим шаром гладкою стороною нагору, притискають і зверху покривають тонким шаром крему. Крем посипають листковими розтертими крихтами. Шар розрізають на тістечка 4 × 9 см і посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 269, масло вершкове — 179, яйце — 1/3 шт., кислота лимонна — 0,4, вода — 115; для крему — цукрова пудра — 60, масло вершкове — 113, молоко згущене — 45, коньяк — 0,4, ванільна

пудра — 1, цукрова пудра для обробки — 10. Вихід: 10 шт. — по 85 г.

Тістечко «Листкові трубочки із кремом». Готове тісто розкачують у прямокутний шар товщиною близько 5—6 мм, нарізають його довгими смугами шириною близько 1,5—2 см. На вузький кінець конусної бляшаної трубочки прикріплюють кінець смуги тіста. Повертаючи правою рукою трубочку, навертають на неї тестову смужку спірально, стежачи за тим, щоб на один край тіста знаходив іншої. Трубочки з тестом кладуть на побризканий холодною водою лист і, змазавши яйцем, випікають 20—25 хв при температурі 249—250 °С. Вийнявши тісто з печі, видаляють металеві трубочки.

Холодні листкові трубочки наповнюють кремом. При наявності посипки обсипають широкий кінець трубочки.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 269, масло вершкове — 179, яйце — 1/3 шт., сіль — 22, кислота лимонна — 0,4, вода — 115; для крему: цукрова пудра — 67, масло вершкове — 127, молоко згущене — 50, коньяк — 0,4, ванільна пудра — 1, цукрова пудра для обробки — 19. Вихід: 10 шт. по 65 г.

ЗАВАРНЕ ТІСТО

Заварне тісто виходить шляхом заварювання борошна з водою, маслом, сіллю й наступного замішування заварної маси з більшою кількістю яєць. У процесі випічки відбувається інтенсивний випар вологи й усередині виробу утворюється порожнина, яку заповнюють кремом або начинкою.

У посуд з водою додають масло, сіль і доводять до кипіння. У киплячу суміш засипають просіяне борошно, ретельно вимішуючи дерев'яною лопаточкою до зникнення грудок борошна. Суміш прогрівають 1—2 хв. Заварене тісто охолоджують до 70 °С и, помішуючи, поступово додають яйця до одержання маси консистенції густої сметани.

Із крутого тіста вироби погано піднімаються, з рідкого вони виходять розпливчастими й при великому нагріванні в печі «сідають».

При випіканні виробів лист змазують жиром, зайвий жир сприяє утворенню тріщин на нижній кірці.

Підготовлене заварне тісто кладуть у кондитерський мішок і «висаджують» з нього вироби різноманітної форми.

Випікають тісто протягом 30—35 хв, спочатку при температурі 200 °С, а потім при 200—210 °С. Із заварного тіста готують в основному тістечка.

Тістечко з вершковим кремом і білою помадкою (заварна трубочка). З кондитерського мішка, із гладкою трубочкою діаметром

15 мм, тісто випускають на лист, злегка змазаний жиром, у вигляді паличок довжиною 12 см. Вироби випікають і охолоджують, потім проколюють виріб із двох сторін і в отвори, що утворилися, випускають із кондитерського мішка вершковий крем.

Верхню частину тістечка заливають помадкою, нагрітої до 40 °С.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 88, масло вершкове — 44, яйця — 4 шт., сіль — 1, вода — 80; для крему: масло вершкове — 181, цукрова пудра — 97, молоко згущене — 72, коньяк — 0,6, ванільна пудра; для помадки: цукор — 158, патока — 16, есенція — 0,5 г, вода — 45 г. Вихід: 10 шт. по 70 г.

Тістечко «Заварне з вершковим кремом». З кондитерського мішка через трубочку діаметром 13—15 мм випускають заварне тісто у формі бубликів на злегка змазаний маслом лист. Випікають їх при 200—250 °С. Після випічки кільця проколюють у двох-трьох місцях, наповнюють із кондитерського мішка вершковим кремом і зверху глазурують білою помадкою.

Булочка з вершками. Заварне тісто висаджують на лист, злегка змазаний маслом, у вигляді невеликих булочок, які випікають при температурі 200—220 °С. Готові вироби охолоджують, у них зрізують верхню частину, наповнюють із кондитерського мішечка із зубчастою трубочкою збитими вершками, закривають булочки зрізаною кришечкою й посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 153, маргарин — 70, яйця — 5 шт., сіль — 3, вода — 150; для начинки: вершки — 380, цукрова пудра — 100. Вихід, г — 750.

Тістечко«Грація»

Найменування сировини	Норма вмісту в готовій страві або виробі (г)
Вершки	3500
Цедра лимона	200
Лайм	500
Желе лимонне	250
Желатин	60
Борошно	980
Цукор	900
Яйця	1210
Щоколад	1400
Сиркова маса	980

Технологія виготовлення. Вершки збити з додаванням розтопленого білого шоколаду, желатину, цедри лимона. На дно напівсферичної форми виливають желе, додають застигнути, виливають суфлейну масу. Після охолодження викласти на бісквіт. Прикрасити лаймом.

Тістечко «Заварне»

Найменування сировини	Витрати сировини (нете) у г на 100 шт.				Всього сировини на 100 ш.(г)
	Тісто	Крем	Помада	Обсипка	
Борошно в/г	595				595
Масло вершкове		972			972
Маргарин вершковий	289				289
Сіль	7				7
Цукор-пісок		1555			1555
Яйця	1043				1043
Молоко цільне		561			561 і
Патока			106		106
Есенція			3,6		3,6
Ванільна пудра		9			9
Горіх або кокосова стружка				500	500
Вихід готової продукції	на 100 шт. на 1 шт.				3500 г 35 г

Технологія виготовлення. Випечені з заварного тіста трубочки проколюють на кінцях і наповнюють кремом із шприцювального кондитерського мішка. Поверхню глазурують помадою й посипають рубленим горіхом або кокосовою стружкою.

Тістечко «Горішок». Заварне тісто відсажують у вигляді круглих коржів і випікають. Випечені напівфабрикати, не розрізаючи, наповнюють горіховим кремом. Зверху глазурують помадкою й обсипають дробленими смаженими горіхами.

Для горіхового крему згущене молоко, цукрову пудру і яєчні жовтки варять на водяній банці 2 год, потім охолоджують. Вершкове масло збивають, поступово додають у нього порціями яєчну масу. Наприкінці додають обсмажені й здрібнені горіхи.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 130, масло вершкове — 66, яйця — 5 шт., сіль — 1, вода — 120; для

крему: жовтки — 2 шт., молоко згущене — 78, цукрова пудра — 64, горіхи — 60; для помадки: вода — 46, цукор — 152, оцет — 3, горіхи — 40. Вихід, г — 900.

Сирне кільце. Заварне тісто відсажують у вигляді кілець і випікають. Випечений напівфабрикат наповнюють сирним фаршем, не розрізаючи, і обсипають цукровою пудрою. Для сирного фаршу вершкове масло збивають, поступово додають протертий сир, цукор, ванілін.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 110, масло вершкове — 56, яйця — 4 шт., сіль — /, вода — 100; для фаршу: масло вершкове — 72, сир — 301, цукор — 120, ванілін — 0,2, цукрова пудра — 12. Вихід, г — 900.

Тістечкове кругле. Заварне тісто відсажують у вигляді круглих коржів і випікають. Випечений напівфабрикат наповнюють кремом. Поверхню покривають кремом, обсипають крихтою й цукровою пудрою. Крем — вершковий.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 89, маргарин — 45, яйця — 4,5 шт., сіль — 1, вода — 80; для крему: цукрова пудра — 124, масло — 235, молоко згущене — 93, ванілін — 0,2, вино — 1, цукрова пудра — 142. Вихід, г — 700.

БІСКВІТНЕ ТІСТО

Серед різноманітних борошняних кондитерських виробів бісквіт є найкрихкішим і найлегшим. При приготуванні бісквітного тіста збивають яйця із цукром до збільшення первісного обсягу в 2,5—3 рази й замішують збиту масу з борошном. Значне збільшення обсягу маси досягається в результаті утворення в ній великої кількості дрібних пухирців повітря в процесі збивання.

Випечений бісквіт являє собою пористу, пишну, легку й зручну для обробки заготовку, що є основою для найрізноманітніших тортів, тістечок і печива із кремом, фруктами, варенням, але й без начинок і обробки випечений бісквіт просто посипаний цукровою пудрою, являє собою цілком закінчений смачний виріб.

Для бісквітного тіста використовується борошно вищих сортів з невеликим вмістом клейковини. Щоб одержати більш розсипчастий бісквіт, у тісто додають картопляний крохмаль.

Бісквітне тісто готують холодним і гарячим способами.

Приготування бісквітного тіста холодним способом: у яєчні жовтки (1/4 частина норми), ретельно відділені від білків, додають цукор (3/4 частини норми) і пружним вінчиком розтирають масу до білого кольо-

ру. Потім, не перестаючи розтирати масу, поступово додають інші жовтки й продовжують розтирати доти, доки не зникнуть крупинки цукру й маса не збільшиться в обсязі приблизно в 3 рази.

Одночасно окремо збивають білки чистим охолодженим віночком у холодному приміщенні. Навіть слідів жиру не має бути в посуді, в якому збивають білки. На початку білки збивають повільно, потім поступово темп збивання підсилюють. Наприкінці збивання з появою ознак грудкування білків (білки стають рябуватими) додають невеликими порціями цукрову пудру (1/4 частина норми). Цукор перешкоджає грудкуванню білків і поліпшує структуру білкової маси. Коли білки збільшаться в обсязі в 4—5 разів, будуть міцно триматися на вінчику, потрібно приступати до замісу тіста. До розтертих жовтків додають збиті білки (1/3 частина) і, злегка перемішавши, всипають борошно, змішане з картопляним крохмалем; потім додають іншу частину збитих білків. Всю масу обережно перемішують до однорідного тіста. Бісквітне тісто холодним способом готують тоді, коли використовуються свіжі яйця.

Приготування бісквітного тіста з підігрівом: яйця виливають у посуд, додають цукор і, безупинно збиваючи вінчиком, нагрівають до 40—45 °С. Потім нагрівання припиняють і, збиваючи, охолоджують до 20 °С, потім ще раз нагрівають і, збиваючи, охолоджують. У результаті нагрівання яєчно-цукрова маса трохи розріджується, що сприяє піноутворенню. Збиту масу змішують із борошном протягом 15—20 с.

Бісквіт, приготовлений з підігрівом, виходить більше розсипчастим, чим бісквіт без підігріву. Для формування бісквіту готове тісто виливають у тортову форму або лист, дно якого змазують маслом; посуд наповнюють тільки на 3/4 висоти, з огляду на те, що при випіканні тісто збільшується в обсязі. Поверхню тіста вирівнюють ножем і негайно випікають. Бісквітні коржі повинні бути завтовшки не менш 30 мм.

Випікають бісквіт 25—30 хв при 200—220 °С, причому протягом перших 10—15 хв бісквіт не можна торкати, тому що від найменшого струсу лопаються незміцнілі стінки пухирців й бісквіт стає щільним, пропікається важко.

Готовність бісквіта визначають за кольором скоринки й за пружністю; при натисненні пальцем на непропеченому бісквіті залишається ямочка. Після випічки бісквіт витримують 8—12 год. Бісквіт широко використається для приготування тістечок, тортів.

Крім основного бісквіта, готують шоколадний, горіховий, хлібний, лимонний і буше.

Шоколадний. Холодним або теплим способом збивають яйця із цукром. Борошно, крохмаль і какао-порошок змішують, просівають, всипають у збиту яєчну масу. Добре перемішують і випікають. Випечений напівфабрикат використовують для тортів і тістечок, він добре сполучається з основним бісквітом.

Кількість продуктів, г: борошно — 298, крохмаль — 25, цукор — 367, яйця — 15 шт., какао-порошок — 61. Вихід, г — 1000.

Горіховий. Яйця збивають із цукром. Підсмажені горіхи подрібнюють, змішують із борошном і крохмалем. Цю суміш уводять у збиті яйця, замішують тісто й випікають. Випечений напівфабрикат іде на виготовлення тортів і тістечок.

Кількість продуктів, г: борошно — 297 г, крохмаль — 25 г, цукор — 367, яйця — 15 шт., горіхи — 61 г. Вихід, г — 1000.

Хлібний. Здрібнені й просіяні сухарі із чорного хліба заливають молоком, ретельно перемішують і залишають на 15 хв. Коли сухарі набрякнуть, додають борошно, крохмаль, какао-порошок, корицю. Добре перемішують і з'єднують із яйцями, збитими із цукром. Випікають.

Кількість продуктів, г: сухарі — 220, борошно — 50, крохмаль — 50, цукор — 380, яйця — 15 шт., молоко — 54, кориця — 5, какао-порошок — 14.

Лимонний. Лимон очищають від шкірочки й віджимають сік. Бісквітний напівфабрикат готують теплими способом, з'єднують із лимонним соком і цедрою. Випікають.

Кількість продуктів, г: борошно — 310, крохмаль — 77, яйця — 15 шт., цукор — 310, лимон — 93. Вихід, г — 1000.

Бісквіт буше. Бісквітне тісто готують холодним способом. Збивають окремо жовтки й білки із цукром. Потім їх змішують, з'єднують із борошном. Тісто відрізняється легкістю. За допомогою кондитерського мішка відсажують на лист, застелений папером, круглі або овальні коржі. Якщо тісто добре приготоване, то напівфабрикат не розтікається на папері. Випікають 15—30 хв при 190—200 °С. На початку випічки необхідно трохи відкрити дверцята, щоб дати змогу виходити парі.

Кількість продуктів, г: борошно — 375, цукор — 351, жовтки — 17 шт., білки — 26 шт. Вихід, г — 1000.

НЕДОЛІКИ БІСКВІТА Й ПРИЧИНИ ЇХ ВИНИКНЕННЯ

Якщо випечений бісквіт мало піднявся, не пишний, видно ущільнення — погано збиті яйця, розлите тісто довге залишалося на листі, не вчасно вийняли з духовки.

Якщо в бісквіті видно великі нерівні пори, він кришиться — тісто погано приготоване, у борошні мало клейковини, додано багато крохмалю.

Торт бісквітний із зефірним кремом. Випечений бісквіт розрізають у горизонтальному напрямку на 2 частині. Нижній корж змазують повидлом, верхній просочують сиропом і також покривають повидлом. Боки торта змазують повидлом і обсипають бісквітною крихтою. Зверху торт прикрашають зефірною масою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 150, крохмаль — 37, цукор — 185, яйця — 7,5 шт., есенція— 0,1, повидло — 205; для сиропу: цукор — 53, есенція — 0,1; для зефіру: цукор — 64, повидло — 110, яйця (білок) — 2 шт., желатин — 2. Вихід, г — 1000.

Торт подарунковий. Готовий бісквіт розрізають на 3 частині, промащують кремом вершковим (шарлот). Верх і боки покривають тонким шаром крему, посипають смаженими здрібненими горіхами, а зверху цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 93, крохмаль — 23, цукор — 115, яйця — 5 шт., есенція — 1,5; для крему: цукор — 138, яйце — 1/2 шт., масло — 158, молоко — 92; для сиропу: вода — 110, цукор — 109, коньяк — 10, горіхи — 116. Вихід, г — 1000.

Рулет бісквітний із кремом. Готують бісквітне тісто холодним способом. Тісто розливають у накриті папером листи шаром 6 — 7 мм. Випікають при температурі 230 — 250 °С протягом 7 — 8 хв. На стіл, накритий папером, кладуть випечений шар так, щоб прилиплий папір виявився зверху. Після витримки бісквіта папір знімають, зачищають, змочують сиропом, змазують кремом і загортають у вигляді рулету. Розрізають навскіс і посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 256, цукор — 257, яйця — 10 шт., есенція ромова — 1,4; на крем вершковий: цукор — 24, яйце — 1/3 шт., масло вершкове — 108, молоко згущене — 25, коньяк — 1, ванілін — 0,01; для сиропу: цукор — 15, коньяк — 10. Вихід, г — 1000.

Рулет бісквітний з повидлом. Готують так само, як і рулет бісквітний із кремом, тільки не змочують сиропом.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 188, цукор — 188, яйця — 10 шт., есенція — 1, повидло — 218, цукрова пудра — 23. Вихід, г — 750.

Тістечкове бісквітне з вершковим кремом. Готовий бісквітний напівфабрикат виймають із листа, для чого ножем обводять по стінках і, повернувши його догори дном, викладають на дошку або стіл. З бісквітного напівфабрикату ножем зішкрябують підгорілі місця, змітають щіточкою крихти й довгим вузьким ножем розрізають шар на два-три шари. Нижній шар рівномірно просочують невеликою кількістю охолодженого сиропу. Для цього можна використовувати пензлик, кухоль у вигляді лійки або спеціальну посудина для просочування.

На нижній шар бісквіта наносять шар добре збитого крему, а на нього кладуть верхній шар. Щоб поверхня бісквіту була гарної, змазують його злегка кремом (загрунтовують), потім наносять другий шар крему, більше густий, і кондитерськими гребінцями проводять хвилясті або прямі лінії. Після охолодження крему бісквіт розрізають на тістечка ножем, змоченим у гарячій воді.

Бісквітне тістечко має форму прямокутника довжиною 8—9 см, шириною 4—4,5 і товщиною 3,5—4 см.

Обробляють тістечко кремом за допомогою корнетика або кондитерського мішка із трубочками різної форми.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 101, крохмаль картопляний — 25, цукор — 125, яйця — 5 шт., есенція — 0,2; для сиропу: цукор — 68, коньяк — 6, есенція — 0,3, вода — 75; для крему: цукрова пудра — 78, масло вершкове — 146, молоко згущене — 58, коньяк — 1, ванільна пудра — 2; для фруктової начинки: цукор — 3 г, повидло — 26 г. Вихід: 10 шт. по 75 г.

Тістечко шоколадно-фруктове «Струмочки». Готують бісквіт холодним способом без додавання крохмалю. Підготовлене тісто наносять тонким шаром (4 мм) на лист покритий папером, і випікають 15—20 хв при 230—250 °С. З готових шарів знімають папір, укладають на інший шар паперу внутрішньою стороною, змазують повидлом і розтопленим шоколадом і згортають у вигляді рулету. Потім рулет нарізають на порції, зверху глазурують розтопленим шоколадом.

Кількість продуктів, г: борошно — 160, цукор — 160, яйця — 7 шт., какао-порошок— 15, ванільний цукор — 1, есенція — 0,1, повидло — 110, шоколад на начинку — 90, шоколад на обробку — 40. Вихід, г — 900.

Тістечко «Картопля». Готують бісквітне тісто. Після відстоювання його протирають через сито з великими гратками й підсушують. Пере-

мішують із кремом і, після утворення пластичної маси, формують у вигляді картоплі. Обвалюють у посипці з какао-порошку й цукрової пудри. У картоплі роблять поглиблення, куди відсаджують білий крем з паперового корнетика.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 140, крохмаль — 33, цукор — 192, яйця — 7 шт.; для крему: цукор — 128, масло вершкове — 179, молоко — 104, яйце — 1/2 шт., ванілін — 0,1, есенція — 3,5, коньяк — 0,7; для посипання: цукрова пудра — 28, какао — 10. Ви хід, г — 900.

Тістечко «Карпати». Готують бісквітну масу, розливають на листі, покритому папером, випікають при температурі 160—200 °С.
Готові бісквітні листи після витримки 12 годин змазують і складають в 3 шари й розрізають на 4 частини. Кожну частину ріжуть у формі трикутника. Верх змащують кремом і посипають какао-порошком.

Кількість продуктів, г: для тіста: яйця — 12 шт., цукор — 286, борошно — 286; крем вершковий: цукрова пудра — 88, масло вершкове — 166, молоко згущене — 66, ванілін — 0,1, какао — 15.

Перекладенець «Захват». Готують бісквітне тісто гарячим способом. Тісто розливають тонким шаром на листі, покритому папером. Випікають при 200—220 °С. Випечений бісквіт витримують 8 год, зачищають і вирівнюють краї. Злегка змочують сиропом кожний шар і покривають увареним згущеним молоком. Зверху наносять шар згущеного молока й глазурують шоколадом.

Кількість продуктів, г: для тіста: яйця — 6 шт., цукор — 140, борошно — 200; молоко згущене — 500; для глазурування: вода — 60, шоколад — 50. Вихід, г — 1000.

Рулет бісквітний із зефіром. Випечені бісквітні коржі змазують зефірною масою, згортають рулетом, посипають цукровою пудрою й ріжуть на порції. Для зефіру варять цукровий сироп, додають у нього замочений желатин, коньяк, ванілін, лимонну кислоту. Суміш добре перемішують, нагрівають до 85 °С и в гарячому вигляді збивають.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 248, яйця — 6 шт., цукор — 245, цукрова пудра для посипання — 64; для зефіру: цукор — 313, желатин — 9, коньяк — 5, цукор ванільний — 1, лимонна кислота — /, вода — 90. Вихід, г — 1000.

МАСЛЯНИЙ БІСКВІТ

Масляний бісквіт готують із тієї ж сировини, що й основний бісквіт, але з додаванням вершкового масла (близько 75 % ваги борошна). Вироби з масляного бісквіта висококалорійні, у них ніжний смак, при нарізуванні вони менше кришаться. Однак вироби виходять більше щільними, чим з основного бісквіта.

При виготовленні масляного бісквіта розпушувачі звичайно не додають, тому що обсяг тіста збільшується при збиванні яєчно-цукрової суміші. Якщо готують великі вироби, то як розпушувач застосовують вуглекислий амоній.

З масляного бісквіта випікають кекси, печиво, напівфабрикати для тортів.

Напівфабрикат промащують менш жирними кремами, ніж звичайний бісквіт.

Кекси з масляного бісквіта випікають у змазаних маслом і посипаних борошном формах — чотирикутних, круглих, циліндричних, а деякі на кондитерських листах.

Є чотири способи приготування масляного бісквіта.

Перший спосіб. У приготовлене теплим способом бісквітне тісто вливають тонким струменем гаряче вершкове масло й інтенсивно перемішують (інакше легка бісквітна маса підніметься нагору, а масло осяде). Готове тісто негайно розливають у форми й випікають при 180—200 °С.

Другий спосіб. Зачищене вершкове масло й цукровий пісок збивають 10—15 хв до одержання пишної маси й, продовжуючи збивати, уводять невеликими порціями яйця. Якщо для окремих виробів за рецептурою передбачений вуглекислий амоній, то його розчиняють у яйцях. Коли в збитій масі розчиняться всі крупинки цукру, додають просіяне борошно й дуже обережно (якнайшвидше) перемішують, тому що тісто може ущільнитися. Випікають при температурі 200— 220 °С.

Третій спосіб. Яйця й цукровий пісок підігрівають на водяній лазні до 40 °С, а потім збивають. Вершкове масло змішують із просіяним борошном і збивають 5 — 10 хв, поки не вийде пишна маса; не припиняючи збивати, поступово вливають збиті із цукровим піском яйця (тісто має бути однорідним). Розпушувачі не додають.

Четвертий спосіб. У розм'якшене вершкове масло додають третю частину передбаченого за рецептурою цукрового піску й збивають 5—10 хв. Не припиняючи збивати, поступово вливають яєчні жовтки й продовжують збивати ще 10 хв.

В іншому посуді на водяній лазні підігрівають до 38 °С яєчні білки, змішані з іншим цукровим піском (2/3), і збивають до одержання пишної маси. Частину збитих білків перемішують із масляною масою, додають просіяне борошно й інші білки. Розпушувачі не застосовують. Випікають тісто при 200— 220 °С.

При випіканні виробів з масляного бісквіта рекомендується в перші хвилини підтримувати в кондитерських печах трохи підвищену температуру; при низькій температурі вироби не піднімаються, стають щільними, на них не утвориться гарної скоринки. За більш високої температури вироби можуть осісти.

НЕДОЛІКИ МАСЛЯНОГО БІСКВІТА ТА ПРИЧИНИ ЇХНЬОГО ВИНИКНЕННЯ

Якщо вироби вийшли із загартуванням (найчастіше буває при виготовленні тіста першим способом), жир нерівномірно розподілився в тісті або порушено рецептуру.

М'якіш бісквіту вийшов липким, сирим — випечений за низької температури, недостатній час випічки.

Найменування сировини	Норма вмісту в готовому виробі (г)			
	бісквіт	крем	крем	сироп для просочування
Борошно в/г	1043,9			
Крохмаль картопляний	257,7			
Цукор-пісок	1288,8	750,2	742,0	1026,1
Яйця	54шт			
Есенція	12,9			
Масло вершкове		844,5	764,7	
Молоко незбиране		500,1	494,7	
Пудра ванільна		8,2	2,8	
Коньяк		3,3		95,9
Какао-порошок	0,5			
Яйця курячі		133,4	131,9	
Есенція ромова				3,8
Коньяк			3,0	
Вихід				

Технологія приготування

1. Випечений білковий напівфабрикат

У збивальній машині збивають протягом 25—45 хв. яйця з цукром-піском. Готова маса має збільшитися в об'ємі в 2,5—3 рази, мати світло-жовтий колір і пишну консистенцію.

До готової маси додають борошно та есенцію й перемішують. Готове тісто має бути пишним. При формуванні розмазують його на листи тонким шаром завтовшки 2—3 см і роблять візерунок з какао. Тривалість випікання 10—15 хв. при температурі 240—250 °С. Випечений напівфабрикат охолоджують і просочують сиропом.

Вологість бісквітного напівфабрикату 25 ± 3 %.

Крем: у збивальну машину завантажують вершкове масло й ванільну пудру. Потім все збивають, додають охолоджений сироп і коньяк. Тривалість збивання 20—30 хв.

Виготовлення готових виробів.

Шари зачищеного бісквітного напівфабрикату змочують сиропом, промащують рівномірно кремом і згортають у вигляді рулету. Бокові поверхні легенько змащують кремом і згортають у вигляді рулету й обсипають бісквітними кришивом какао.

Рулет «Наталка».10 кг готової продукції.

	Норма вмісту в готовому виробі		
	бісквіт	крем	оздоблення
Борошно в/г	1800		
Горіхи			0700
Цукор-пісок	1,650		
Яйця (меланж)	75шт/3,0/		
Молоко згущене		3,228	
Масло вершкове		1,3	
Цукрова пудра			0150
Есенція		0,01	

Технологія приготування. У збивальні машині збивають протягом 25—45 хв. Яйця (або меланж) з цукром-піском.

Готова маса має збільшитися в об'ємі в 2,5—3 рази. До готової маси додають борошно й есенцію й перемішують не більше 15сек. Температура тіста 20—25 градусів. При формуванні розмащують його на листи тонкою кулею в 2—3 см. Тривалість випікання 10—15 хв. При температурі 240—250 С.

Випечений напівфабрикат охолоджують і перемазують кремом.

Крем: У нарізане вершкове масло, додають зварене згущене молоко, есенцію. Тривалість збивання 20—30 хв.

Виготовлення готового виробу: Шари бісквітного напівфабрикату промащують рівномірно кремом і згортають у вигляді рулету. Бокові поверхні змазують легенько кремом і обсипають горіхами.

ВИРОБИ ІЗ ПРЯНИКОВОГО ТІСТА

Пряники — стародавні народні ласощі. Свою назву вони одержали від пряностей, що надають їм аромат і смак. Пряники бувають сирцевими (з тіста, замішаного на холодному цукровому сиропі) і заварними (на гарячому цукровому або медяному сиропі).

Є багато різних пряників: медяні, глазуровані, лимонні, ванільні, коржики. Коврижка теж різновид пряника.

Пряникове тісто містить багато кориці, м'яти, гвоздики, кардамону, імбиру, ванілі, бадьяну, анісу, лимонної або апельсинової цедри, меленої кави, какао-порошку, дрібно рубаного мигдалю, горіхів, цукатів, цукру, меду, патоки. Вміст жиру в ньому невисокий. Борошно для цього тіста варто брати з малим змістом клейковини — 26—28 %.

Залежно від способу приготування тіста пряники ділять на сирцеві (м'ятні, цукрові, ванільні, тульські, коврижки цукрові, молочні) і заварні (медяні, медяна коврижка, батони московські й ін.).

Сирцове тісто замішують на цукровому сиропі.

Цукор розчиняють у гарячій воді, нагрівають до кипіння, видаляючи піну. Сироп проціджують, охолоджують до 18—20 °С, а потім змішують із сирими яйцями, розтопленим жиром, прянощами, патокою, медом, есенціями й розчиненими хімічними розпушувачами. Потім додають просіяне пшеничне борошно й швидко замішують тісто. Температура його не повинна перевищувати 22 °С. Шматки тіста викладають на стіл, попередньо посипаний борошном, і формують виробу.

Кількість продуктів, г:
пряники м'ятні: *борошно — 532, яйце 1 шт., цукор — 373, олія рослинна — 40, сода — 4, масло м'ятне — 0,3, водячи — 190. Вихід, г — 1000;*
пряники ванільні: *борошно — 566, цукор — 351, яйце — 1 шт., олія рослинна — 14, сода — 2, ванільна пудра — 5, вода — 199. Ви хід, г — 1000;*
коржики цукрові: *борошно — 538, цукор — 226, яйце — 1 шт., маргарин — 43, сода — 2, ванільний цукор — 3, вода — 199. Вихід, г — 1000.*

Пряники м'ятні й ванільні. Із сирцевого тіста розкачують джгути діаметром 2 см, розрізають їх на шматки по 27—29 г, кладуть у кругле сито й круговими рухами надають їм кулясту форми. Отримані в такий спосіб кульки кладуть на змазаний маслом лист.

М'ятні пряники випікають 7—8 хв при 190—210 °С, а ванільні — при 220—240 °С.

Цукрові коржики. Шматки сирцевого тіста розминають, потім розкачують у шар товщиною 6—7 мм, обсипають цукровим піском і прокочують гофрованою качалкою. З розкатаного тіста круглою виїмкою вирізують коржа діаметром 50—95 мм. Кладуть їх на лист, змазаний маслом, і випікають при 190—200°.

Пряники фігурні. Сирцеве тісто розкачують у шар товщиною 8—10 мм і за допомогою відповідних виїмок вирізують із нього різні фігурки — рибки, конячки, пташок й т.д. Для нанесення на поверхню, виробів певного малюнка вирізані фігурки накладають на попередню змазану рослинною олією дерев'яну форму, що являє собою дошку з вигравіруваними на ній малюнками або яким-небудь написом. Тісто вдавлюють у форму спочатку руками, а потім дерев'яною колодкою. Відформоване в такий спосіб тісто звільняють від форми легким ударом її об край стола. Випікають фігурні пряники 7—8 хв при 190—200°.

Коржики дріб'язкові. Молоко із цукром доводять до кипіння, охолоджують, додають ванілін, меланж, розм'якшений маргарин і все добре перемішують. Всипають просіяне пшеничне борошно, вливають розчинену у воді питну соду й замішують тісто. Тісто розкачують і формують так само, як і цукрові коржики. Виріб кладуть на змазаний маслом лист і випікають при температурі 200 — 220 °С.

Кількість продуктів, г: борошно — 405, цукор — 220, маргарин вершковий — 100, яйце — 1 шт., молоко цільне — 80, сода питна — 2, ванілін — 1/2. Вихід, г — 750.

Пряники глазуровані. Тісто для цих пряників готують і формують так само, як і для ванільних пряників. Вироби випікають при 220—240 °С, а потім глазурують їх. Для цього пряники завантажують у круглий казан, заливають гарячим цукровим сиропом (його температура має бути не менше 85—90°); швидко перемішують доти, поки поверхня пряників не покриється сиропом. Після цього пряники розкладають на сітки або листи так, щоб вони не торкалися один одного, і ставлять в остиглі жарові шафи або в сухе приміщення на 1,5—2 год.

Кількість продуктів, г: борошно — 523, цукор — 270, яйце — 1/2 шт., сода питна — 2, прянощі — 2, олія рослинна — 24, вода — 150; сироп: цукровий пісок — 95, вода — 40, Вихід, г — 1000.

Кількість рідини, що додається залежить не тільки від розміру пряників (для маленьких пряників готують більше круте тісто, ніж для великих), але й від якості борошна й кількості клейковини, що містить в ній. Якщо в тісто додати занадто багато рідини, то вироби вийдуть більше щільними. Для приготування більше крутого тіста мед розігрівають, додають цукор,

воду й збивають на парі до тих пір, поки не вийде однорідна густа маса, яку потім вливають у борошно й замішують тісто.

Розпушувачі вводять наприкінці замішування тіста (їх попередньо треба змішати з невеликою кількістю борошна.).

Якщо пряники випікають більшим шаром, то тісто готують більш рідке, приблизно таке ж, як дріжджове для ватрушок, рулетів. Замішаному тісту дають постояти 1—2 год.

Перш ніж покласти вироби, дека або форми треба змазати жиром і обсипати борошном.

Пряники випікають при 190—200 °С. Якщо їх випікати при вищій температурі, то на виробах швидко утвориться тверда скоринка, а усередині вони залишаться сирими. Якщо випікати їх у слабко нагрітій жарочній шафі, то виробу сильно висихають і стають твердими.

Заварні медяники глазурують так само, як і пряники сирцеві глазуровані.

Медяний пряник із фруктовою начинкою. Медяний пряник готують із заварного пряникового тіста. Його розкачують у шар товщиною 11—13 мм; по довжині й ширині він повинен відповідати розміру листа, на якому будуть випікати вироби. Тісто кладуть на змазаний маслом і підпилений борошном лист.

Перед випічкою з поверхні пряника зчищають борошно, потім змочують холодною водою й у декількох місцях проколюють гострою дерев'яною паличкою. Випікають 30—40 хв при 190—200 °С.

Готовий пряник охолоджують 7—10 хв, а потім прошаровують фруктовою начинкою, глазурують.

Кількість продуктів, г: для тіста: борошно — 440, цукор — 134, мед натуральний — 220, маргарин вершковий — 44, сода — 2, прянощі — 3, вода — 60; для начинки: цукровий пісок — 16, повидло — 142; для сиропу: цукровий пісок — 35, вода — 14. Вихід, г — 1000.

ОЗДОБЛЮВАЛЬНІ НАПІВФАБРИКАТИ ДЛЯ ВИРОБІВ З ТІСТА

Крем заварний. Борошно пасерують (без жиру) протягом 40—50 хв при 105—110°С до ясно-жовтих кольорів, охолоджують і змішують із розтертими яйцями. В отриману суміш, увесь час помішуючи, тонким струменем вливають доведене до кипіння молоко із цукром і нагрівають 5—6 хв при 95 °С до загуснення; потім охолоджують, додають збите вершкове масло й ванільну пудру, ретельно розмішують. Готовий крем швидко охолоджують, тому що при 20—40 °С він закисає.

Кількість продуктів, г: борошно вищого сорту — 91, цукор — 386, яйця — 4 шт., молоко — 743, масло вершкове — 25, ванільний порошок — 0,3. Вихід, г — 1000.

Крем вершковий (Шарлот). Яйця й 1/4 частина цукру збивають протягом 3—5 хв. Молоко нагрівають до кипіння, додають у нього цукор, що залишився, помішуючи, доводять до кипіння. Гаряче молоко вливають тонким струменем у яєчно-цукрову масу, безупинно й швидко її розмішуючи. Суміш, продовжуючи помішувати, кип'ятять 4—5 хв, потім проціджують через часте сито й охолоджують до 20—22 °С.

Зачищене вершкове масло розрізають на шматки й збивають міксером або ручним способом 15—20 хв. Наприкінці збивання невеликими порціями додають заздалегідь підготовлену суміш молока, яєць і цукру, ванільну пудру, коньяк або міцне десертне вино.

Збитий крем використовують негайно, тому що через 20—30 хв структура його погіршується й крем вимагає додаткового збивання.

Кількість продуктів, г: цукор — 565, яйце — 65, молоко — 243, масло вершкове — 418, ванільна пудра — 4, коньяк або міцне десертне вино — 1,6. Вихід, г — 1000.

Крем вершковий (Гляссе). Цукор і яйця, збиваючи, нагрівають до 40—50 °С і, не припиняючи збивання, охолоджують до 18—20 °С. Окремо збивають масло, додаючи в нього ванільну пудру, коньяк і невеликі порції яєчної маси.

Кількість продуктів, г: цукор — 401, масло вершкове — 401, яйце — 241, ванільна пудра — 4, коньяк або міцне десертне вино — 2. Вихід, г — 1000.

Крем вершково-масляний. Масло збивають, додають ванільну пудру, коньяк, просіяну цукрову пудру тонкого помолу й, збиваючи, доливають невеликими порціями згущене молоко, проціджене через сито. Якщо згущене молоко зацукрувалося, то його доводять до кипіння, охолоджують і потім додають до масла.

Кількість продуктів, г: цукрова пудра — 283, молоко згущене — 212, масло вершкове — 530, ванільна пудра — 5, коньяк — 1,8. Вихід, г — 1000.

Крем збивний сирий (Безе). У яєчні білки перед закінченням їх збивання додають ванільний цукор і невеликі порції цукрової пудри (50 % норми). Крем перемішують лопаточкою, додають цукрову пудру, що залишилася, а потім зафарбовують у будь-які кольори харчовими фарбами.

Кількість продуктів, г: цукрова пудра — 669, яйця (білки) — 15 шт., ванільна пудра — 26. Вихід, г — 1000.

Креми широко використовуються для прикраси тортів і тістечок.

Праліне. Мигдаль або горіхи після очищення обсмажують при 130—135 °С до золотавих кольорів, засипають у казан, додають цукор і, інтенсивно помішуючи дерев'яною лопаточкою при сильному нагріванні, підігрівають до повного розчинення цукру.

Масу виливають на змазаний маслом лист і після охолодження й затвердіння дроблять у ступці, а потім розмелюють або пропускають через м'ясорубку.

Кількість продуктів, г: мигдаль або горіхи — 500, цукор — 600. Вихід, г — 1000.

Сироп для просочування. У кип'ячену воду кладуть цукор і нагрівають до кипіння, знімають піну, охолоджують до 20 °С, додають вино й есенцію. Іноді сироп підкисляють харчовими кислотами.

Кількість продуктів, г: цукор — 533, есенція ромова — 2, коньяк або вино — 50, вода — 550. Вихід, г — 1000.

Помадка (основна). У гарячу воду кладуть цукор і перемішують, коли кристали цукру розчиняться, цукровий розчин ставлять варити. Після закипання розчину посуд ставлять на край плити, ретельно видаляють піну, а внутрішні стінки каструлі протирають чистою й мокрою тканиною, накривають посуд і ставлять на сильний вогонь. Варіння помади при закритій кришці сприяє тому, що пари змивають бризки сиропу, що потрапили на стінки посуду, і не дають їм зацукруватися.

Коли температура сиропу досягне 110 °С, додають підігріту до 40 °С світлу карамельну патоку, що перешкоджає кристалізації цукру. Патоку можна замінити цукром, що додають на початку варіння, або за 2—3 хв до закінчення варіння кладуть небагато харчової кислоти (оцтової або лимонної). Помадку для глазурування ромової баби уварюють до 114—115 °С, для тістечок і тортів до 116—117°С.

Готовий помадний сироп швидко охолоджують. Щоб поверхня сиропу не закристалізувалася, його збризкують водою. Сироп, охолоджений до 30—40 °С, збивають. Через 10—15 хв після початку збивання цукор кристалізується, сироп набуває білого кольору, утворюється твердий ком помадки. Після збивання дають постояти 10—15 хв, грудки розминають і накривають помадку вологою тканиною.

Перед глазурування помадку розігрівають невеликими частинами до консистенції сметани, помішуючи на вогні при 50 °С.

Кількість продуктів, г: цукор — 828, патока — 83 (або оцет 3 % — 20), есенція — 2, вода — 300. Вихід, г — 1000.

ПРИКРАСИ ДЛЯ ТОРТІВ

Випечені напівфабрикати із заварного тіста (у вигляді орнаменту, горішків або кульок) можна використати для прикраси тортів.

Кульки й горішки можна наповнити кремом і заглазурувати помадкою (білою, рожевою, коричневою) або покрити кремом і обсипати дробленими горіхами.

Особливо гарні й оригінальні випечені із заварного тіста «лебеді». «Тулуб» і «голівку із шийкою» виготовляють окремо.

Для «голівки із шийкою» заварне тісто висаджують з кондитерського мішка із круглою трубочкою діаметром 2 мм у такій послідовності: дзьоб, голівка, шийка.

Для «тулуба» заварне тісто висаджують на кондитерський лист у вигляді яйця з мішка з круглою з зубцями трубочки діаметром 8 мм.

«Шийки з голівками» випікають 15 хв при 180—200 °С, а «тулуби» — 40 хв при цій же температурі. Випечені напівфабрикати охолоджують.

На «тулубі» роблять невеликий косий зріз із боку шийки й розрізають його навпіл, наповнюють кремом, вставляють «голівку із шийкою» і прикривають її зрізаною частиною напівфабрикату. Готову фігурку обсипають цукровою пудрою.

Тісто й крем готують за рецептурою на тістечкові трубочки з вершковим кремом.

Прикраси із цукрової й молочної мастики можна готувати заздалегідь. Свіжа мастика пластична. З неї, як із пластиліну, можна зробити будь-які прикраси. Її можна підфарбовувати харчовими барвниками.

Цукрова мастика. Желатин заливають холодною водою (20—25 °С), дають йому набрякнути 2 год, ставлять на слабкий вогонь і нагрівають до повного розчинення.

Просіяну цукрову пудру насипають гіркою на стіл, роблять у ній поглиблення, у яке виливають розчинений желатин, фруктову есенцію, розчин лимонної або оцтової кислоти. Швидко перемішують, щоб вийшла однорідна біла або сірувата маса.

Кількість продуктів, г: желатин — 10, вода — 150, цукрова пудра — 230, патока — 50 або оцет 3 % — 8, фруктова есенція — 0,5. Вихід, г — 100.

Молочна мастика. Цукрову пудру, змішавши із сухим молоком, висипають гіркою на стіл. Роблять у ній поглиблення, вливають згущене

молоко, додають ванілін, перемішують до однорідної маси. Вона не повинна прилипати до рук.

Молочна мастика застигає не так швидко, як цукрова. Вона смачніша й поживніша. У зроблених з неї прикрас натуральний блиск.

Кількість продуктів, г: цукрова пудра — 300, сухе молоко — 300, згущене молоко — 430, ванілін — 0,1. Вихід, г — 1000.

Виготовлення квітів. На посипаному цукровою пудрою столі розкачують мастику шаром в 1—1,5 мм. Формочками вичавлюють квіти або пелюстки.

Вони виходять більше природними, якщо, поки мастика не затверділа, викласти їх на лист із борошном, а в середині квітки зробити пальцями невелике поглиблення. Через годину застиглі прикраси вимають, змітають щіточкою з них борошно.

З білої або рожевої мастики можна зробити гвоздику. Розкачують мастику качалкою (ширина 3,5—4 см) так, щоб один край був тоншим. Тому його додатково треба розпластати руками й неглибоко надрізати ножем. Смужку мастики складають так, щоб вона нагадувала квіти.

СУЧАСНІ ПРИНЦИПИ ОФОРМЛЕННЯ БОРОШНЯНИХ КОНДИТЕРСЬКИХ ВИРОБІВ

Зовнішній вигляд кондитерських виробів має велике значення. Однак, варто пам'ятати, що оформлення виробів не є самоціллю й тому воно не повинне бути дуже складним і трудомістким. При оформленні різних готових виробів не допускаються неїстівні матеріали, бутафорські вироби з паперу, дерева й т.д. Основними принципами оформлення повинні бути простота й розумність.

Зменшують трудомісткість операцій по оформленню борошняних кондитерських виробів застосуванням готових штампованих або литих елементів оформлення із шоколаду, желе, помадки; спрощенням мотивів оформлення без шкоди привабливості; застосуванням спеціальних інструментів (гребінки, трафарети, кондитерські мішки, виїмки, формочки, спеціальні ножі й т.д.); використанням натуральних продуктів (ягід, фруктів і т.д.).

Основними напрямками в оформленні є наступні:

геометричний орнамент — малюнок, що складається з ліній і фігур. Цей тип оформлення найпоширеніший і має відповідати характеру виробів;

тематичний орнамент — малюнок із квітів, листів і т.д. Малюнки цього роду більш складні й застосовуються для оформлення святкових виробів;

тематичний малюнок — виробу або його поверхні надається малюнок певного змісту, наприклад, «Ананас», «Картопля», «Їжачок» і ін. Цей вид оформлення застосовують для святкових банкетних виробів.

За способом виконання прикраси кондитерських виробів можна розділити на наступні види: з різних посипок; з кольорового желе; із крему; із фруктів, помадки, шоколаду й карамелі; з борошняної фруктової або білкової малювальної маси; із цукрової маси.

Останніми роками в Україні спостерігається прагнення відійти від громіздких прикрас, дати оригінальні легкі малюнки.

У цьому зв'язку слід зазначити, що найбільш сучасним є оформлення виробів без застосування штучних барвників з використанням натуральних продуктів.

Для оформлення останнім часом усе ширше використовуються більше нові оздоблювальні матеріали, що сприяють відновленню зовнішнього вигляду тортів і тістечок, до яких належать: помадка, карамель, білкові й зефірні креми, желе, свіжі й консервовані фрукти, цукати, різні посипання, усілякі прикраси із шоколаду, випечені дрібні фігурні вироби з повітряного й бісквітного тіста.

Оформлення помадкою, глазурями, цукровою мастикою, карамеллю останнім часом одержує все більше поширення й широко використається для приготування так званих безкремових виробів. Вироби, оформлені цими напівфабрикатами, більш стійкі в зберіганні. Помадкою оформляють поверхні виробів, використовують для прошарування випечених заготівель. На поверхню виробів помадка наноситься у вигляді рельєфного малюнка, орнаменту (торт «Празький», «Домашній»). Оформлення помадкою сполучається із цукатами, горіхами, кремами.

Великого поширення одержав білковий крем. Оформлення білковим кремом відрізняється ніжністю, вишуканістю, ефективністю, приємним смаком. Прикраси білковим кремом можуть сполучатися з іншими видами оформлення.

Дуже сучасним й перспективним є оформлення виробів зефірним кремом, що більше стійкий у зберіганні, ніж інші креми в літній період. Крем має приємний фруктовий смак.

Гарне оформлення дає желе в сполученні зі свіжими й консервованими фруктами. Цукати використовують у натуральному вигляді для доповнення оформлення кремом, помадкою. Цукати можна нарізати тоненькими скибочками, ромбиками й укладати у вигляді квітів, орнаментів, мозаїк.

Все більшого поширення набуває оформлення різними посипками, приготовленими із цукрової пудри (білої, з какао-порошком), бісквітної крихти різних кольорів, посипання з помадки, дроблених горіхів і шоколаду. Посипками оформляють не лише боки, але й поверхні тортів, роблять прикраси за допомогою трафаретів-шаблонів (наприклад, торти «Дніпро», «Таллінн», «Львів»).

Оформлення посипками іноді сполучається з іншими компонентами: кремами, меренгами, фігурами із шоколаду.

Дуже ощадливо й сучасно оформлення готовими прикрасами, зробленими із шоколаду, мармеладу, фігурними меренгами й сухим бісквітом (грибками, завитками й т.д.). Ці прикраси використовуються одночасно із кремом, помадкою й іншими напівфабрикатами.

Більші можливості для оформлення борошняних кондитерських виробів має шоколад. Із шоколаду можна приготувати посипки, глазурі, стружку, литі прикраси у вигляді листочків і різних фігурок, приготувати малювальну масу для виконання написів, орнаментів. Для оформлення можуть бути використані шоколадні цукерки й фігурки промислового виготовлення.

Масляні креми займають поки що значне місце в оформленні борошняних кондитерських виробів, але використовуються вони в більш обмеженій кількості. Прикраси з масляного крему стали скромними, простими й лаконічними, виконуються вони біло-коричневими або кольоровими кремами ніжних тонів.

Креми при оформленні деяких виробів готують із додаванням протертої фруктової начинки (наприклад, торт «Карпати»).

Найбільш доцільно й сучасно використовувати креми для внутрішнього прошарування заготівель тортів і тістечок. У виробах може бути один-чотири кремові прошарки. Прикраси із крему повинні бути виконані бездоганно. Оформлення кремами часто сполучається з іншими видами прикрас: горіхами, цукатами, посипками й ін.

Кількість додаткових продуктів для оформлення не повинне бути більше основного напівфабрикату виробу.

Форма й розмір борошняних кондитерських виробів можуть бути різноманітними. Кожний виріб має свою стабільну, характерну саме для нього форму. Може бути площинне й об'ємне рішення форми. Святкові вироби можуть мати більш складну форму: двоярусну, об'ємну.

У колірному оформленні борошняних кондитерських виробів повинні переважати кольори, що відбивають природу сировини: білий, кремовий, золотавий, пісочний, коричневий і їхні відтінки. Для більш барвистого оформлення використовують різні відтінки жовтогарячих, червоних, рожевих, зеленого кольорів. Легкість виробів підкреслюється білими, кремовим квітами. Темні кольори візуально підсилюють вагу й міцність виробу. В оформленні ювілейних і весільних тортів повинні переважати життєрадісні, підбадьорливі тони: біло-рожевий, білий, жовтогарячий, салатний і ін.

Найбільше виправданим в оформленні тортів є розміщення прикрас у вигляді різних орнаментів, що дозволяють розрізати виріб на порції без погіршення загального зовнішнього вигляду.

Для урочистих випадків оформлення може бути більше складним, прикраси можуть наноситися у вигляді тематичних малюнків, займати центральне положення. Естетично невиправданим є нанесення на поверхні тортів малюнків у вигляді п'ятикутних зірок, національних атрибутів, силуетів письменників і т.д.

Не слід забувати, що привабливість не у надмірності, а в натуральному підборі компонентів, у єдності форми й змісту.

У західних країнах художники-кондитери шукають сучасність у спрощенні зовнішнього вигляду тортів і тістечок, в усуненні надмірностей. Плоску поверхню тортів оформляють сіткою або штриховими схемами, тонким орнаментом. Іноді внаслідок спрощення кондитерські вироби втрачають свою святковість, що не відповідає урочистості церемонії весільного або ювілейного вечора.

Наші кондитери розробляють свої методи й способи оформлення борошняних кондитерських виробів, у яких простота й лаконічність сполучаються із традиційною нарядністю й урочистістю в зовнішньому вигляді виробів, широко використовуються національні мотиви.

Пропонуємо рецептури кондитерських виробів, які виготовлені з різних видів тіста, але мають певні відмінності від «класичних» технологій.

Пиріг «Літо». Вершковий маргарин змішують із борошном, рубають ножем до утворення дрібних крупинок. У воду додають сіль, оцет, яйце й ретельно перемішують, замішують тісто, ставлять на 30—40 хв на холод, а потім розкачують коржа товщиною 2—3 мм, діаметром 20 см, випікають при температурі 220—230 °С протягом 15—20 хв. Остиглі коржі змазують, чергуючи, згущеним молоком і повидлом. Краї пирога підрівнюють ножем. Молоко згущене для прошарку уварюють у закритих банках у воді, 1—1,5 год. Готовий пиріг повинен мати 6—7 шарів, зверху посипають крихтою.

Кількість продуктів, г: борошно — 450, маргарин — 200, яйця — 2 шт., молоко згущене — 230, повидло — 250, цукор ванільний — 5, вода — 100, оцет — 5. Вихід, г — 1000.

Тістечко «Вогник». Масло вершкове, сметану й цукор розтирають, з'єднують із розтертими яйцями, дріжджами й замішують тісто.

Готове тісто обробляють у вигляді кульок, які розкачують у тонкі коржі товщиною 2—3 мм, діаметром 15—16 см. Коржі скручують у трубочку, складають на листі, дають розстоятися 30—40 хв, після чого на них роблять надрізи ножицями у вигляді ялинки, змазують яйцем і випікають у духовій шафі при температурі 200 °С протягом 20 хв.

Кількість продуктів, г: борошно — 350, масло вершкове — 200, яйця — 2,5 шт., сметана — 50, дріжджі — 25, цукор — 50, ваніль — 2. Вихід, г — 650.

Печиво «Перекотиполе». Просіяне борошно висипають на стіл, у борошні роблять поглиблення. 200 г цукру змішують із маргарином і збивають до консистенції густої сметани.

У збитий маргарин уводять добре розтерті дріжджі. Приготовлений маргарин із цукром і дріжджами висипають у поглиблення й готують пісочне тісто.

З тіста скачують кульки вагою 15 г, випікають у духовій шафі. Випечені кульки посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: борошно — 500, маргарин — 33, цукор — 220, дріжджі — 70. Вихід, г — 1000.

Тістечко «Молодіжне». Масло вершкове, *яйце,* сметану, дріжджі змішують, *у* борошні роблять поглиблення; *у* лійку, що *утворилася,* виливають *змішану* масу й *замішують тісто.* Обробляють *тісто* на окремі часточки по 67 г. Розкачують часточки в дуже тонкий шар 2—3 мм, діаметром 18 см, намазують шар повидлом, складають його втроє, надавши форму трикутника, і укладають на змазаний лист. Дають розстоятися 20—30 хв, змазують яйцем.

Випікають у духовій шафі при температурі 200 °С. Тривалість випічки 15 хв.

Кількість продуктів, г: борошно — 375, масло вершкове — 160, яйця — 2,5 шт., сметана — 50, дріжджі — 25, повидло — 200. Вихід, г — 750.

Пиріжки по-домашньому із сиром. Тісто замішують на кислому молоці з додаванням соди, яєць, маргарину, солі. Готове тісто розподіляють по 80 г на порцію, на 3 пиріжки. Окремо готують сирний фарш — сир з'єднують із яйцями й цукром. Пиріжки формують і смажать на маргарині.

При подачі поливають вершковим маслом.

Кількість продуктів, г: борошно — 500, молоко — 250, сода — 2, масло вершкове — 100, маргарин — 168, сир — 850, яйця — 2 шт., цукор — 80, борошно — 30. Вихід, г — 1800.

Тістечко «Мрія». Заварне тіста висаджують з кондитерського мішечка у вигляді круглих коржі масою 25 г, випікають, дають охолонути. У кожному знизу роблять отвір і заповнюють кремом «Мрія», зверху посипають цукровою пудрою.

Кількість продуктів, г: борошно — 122, масло вершкове — 61, яйця — 4 шт., вода — 110, цукрова пудра для посипання — 50; для крему «Мрія»: 150 — готового вершкового крему, сир — 750. Вихід, г — 650.

Торт «Ювілейний». Пісочне тісто обробляють на 3—4 коржі, які змазують збитими білками й здрібненим горіхом, випікають, після того як виріб охолоне, художньо оформлюють вершковим кремом.

Кількість продуктів, г: борошно — 310, цукор — 260, маргарин — 170, яйця — 3 шт., сода — 1, оцет 9 % — 10, ванільний цукор — 2,4, горіх, арахіс — 300; для крему: цукрова пудра — 60, масло вершкове — 105, молоко згущене — 41, какао — 5, коньяк — 0,4. Вихід, г — 1000.

Зефір «Молодіжний». У готовий цукровий сироп додають замочений желатин, коньяк, ванільний цукор, лимонну кислоту. Підготовлену суміш добре перемішують й нагрівають до температури 85 °С і в гарячому вигляді збивають. Коли маса збільшиться в обсязі в 2,5 рази, її перекладають у кондитерський мішечок і випускають на лист у вигляді фігурних часточок до 25 г.

Кількість продуктів, г: цукор — 980, желатин 27, коньяк — 15, цукор ванільний — 3, лимонна кислота — 3, вода — 280. Вихід, г — 1000.

Зміст

Вступ 3

Розділ 1. ДЕЩО ПРО ТЕХНОЛОГІЇ 6

Розділ 2. ПРИГОТУВАННЯ БУЛЬЙОНІВ І СОУСІВ У СПОЖИВЧІЙ КООПЕРАЦІЇ 36

Розділ 3. ЧУМАЦЬКІ ЮШКИ: ПЕРШІ СТРАВИ ТА СУПИ 50

Розділ 4. Є ЧИМ ЗАХОПЛЮВАТИСЯ: ДРУГІ СТРАВИ 70

Розділ 5. МРІЯ ЛАСУНІВ: СОЛОДКІ СТРАВИ. ЯК У КАЗЦІ! . . . 195

Розділ 6. НАПОЇ ЧАРІВНИКА: НАПОЇ НА ПІДПРИЄМСТВАХ СПОЖИВЧОЇ КООПЕРАЦІЇ. 221

Розділ 7. ДО ТЕЩІ НА МЛИНЦІ...: БОРОШНЯНІ ВИРОБИ. 269

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

Володимир Сергійович РОСТОВСЬКИЙ
Наталія Віталіївна ДІБРІВСЬКА
Василь Федорович ПАСЕНКО

ЗБІРНИК РЕЦЕПТУР

Керівник видавничих проектів – Б. А. Сладкевич
Дизайн обкладинки – Б. В. Борисов

Підписано до друку 04.09.2009. Формат 60х84 1/16.
Друк офсетний. Гарнітура PetersburgC.
Умовн. друк. арк. 18.
Наклад 1000 прим.

Видавництво "Центр учбової літератури"
вул. Електриків, 23
м. Київ, 04176
тел./факс 425-01-34, тел. 451-65-95, 425-04-47, 425-20-63
8-800-501-68-00 (безкоштовно в межах України)
e-mail: office@uabook.com
сайт: WWW.CUL.COM.UA

Свідоцтво ДК №2458 від 30.03.2006