

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КАЛИНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»

М. Н. Альшевская

НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ

Утверждено редакционно-издательским советом ФГБОУ ВО «КГТУ»
в качестве учебно-методического пособия по лабораторным работам
для студентов бакалавриата по направлению подготовки
19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

Калининград
Издательство ФГБОУ ВО «КГТУ»
2022

УДК 641.8

Рецензент

кандидат технических наук, доцент кафедры технологии продуктов питания
ФГБОУ ВО «Калининградский государственный технический университет»
О. В. Анистратова

Альшевская, М. Н.

Национальные кухни: учеб.-методич. пособие по лабораторным работам для студ. бакалавриата по напр. подгот. 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания / М. Н. Альшевская. – Калининград: Изд-во ФГБОУ ВО «КГТУ», 2022. – 122 с.

Учебно-методическое пособие является руководством по проведению цикла лабораторных работ в рамках дисциплины «Национальные кухни» по направлению подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания. Лабораторные работы предназначены для закрепления теоретического материала и приобретения навыков приготовления национальных блюд народов Российской Федерации, стран СНГ, Европы.

Рис. 43, список лит. – 7 наименований

Учебно-методическое пособие рассмотрено и одобрено кафедрой технологии продуктов питания 21 февраля 2022 г., протокол № 07

Учебно-методическое пособие рассмотрено и одобрено методической комиссией ученого совета института агроинженерии и пищевых систем 01 марта 2022 г., протокол № 02

УДК 641.8

© Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Калининградский государственный технический университет», 2022 г.
© Альшевская М. Н. , 2022 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	4
Лабораторная работа № 1 Технология традиционных национальных блюд русской кухни. Особенности оформления и подачи.....	8
Лабораторная работа № 2 Технология традиционных национальных блюд украинской кухни. Особенности оформления и подачи	27
Лабораторная работа № 3 Технология традиционных национальных блюд белорусской кухни. Особенности оформления и подачи	42
Лабораторная работа № 4 Технология традиционных национальных блюд грузинской кухни. Особенности оформления и подачи	55
Лабораторная работа № 5 Технология традиционных национальных блюд узбекской кухни. Особенности оформления и подачи	69
Лабораторная работа № 6 Технология традиционных национальных блюд литовской кухни. Особенности оформления и подачи	76
Лабораторная работа № 7 Технология традиционных национальных блюд французской кухни. Особенности оформления и подачи.....	89
Лабораторная работа № 8 Технология традиционных национальных блюд итальянской кухни. Особенности оформления и подачи.....	104
Лабораторная работа № 9 Конкурс традиционных национальных блюд, приготовленных на основе рыбного сырья	116
Литература.....	118
Приложение. Пример оформления технологической карты.....	119

ВВЕДЕНИЕ

Дисциплина Б1.В.ДВ.04.02.04 «Национальные кухни» относится к обязательной дисциплине элективного модуля по выбору «Организация общественного питания» подготовки бакалавров по направлению 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания.

Целью освоения дисциплины «Национальные кухни» является формирование компетенций в области организации технологического процесса производства продукции общественного питания в соответствии с этнокультурными, историческими и религиозными традициями народов Российской Федерации, стран СНГ и Европы.

Задачи изучения дисциплины:

- изучение технологии национальных блюд народов Российской Федерации, стран СНГ и Европы и их подачи;
- приобретение навыков разработки технико-технологических карт национальных блюд;
- формирование базовых знаний, умений и навыков для самостоятельного освоения технологий и приготовления и сервировки национальных блюд народов Российской Федерации, стран СНГ и Европы.

В результате освоения дисциплины «Национальные кухни» обучающийся должен быть:

- способен организовывать технологический процесс производства продукции общественного питания;
- осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с этнокультурными, историческими и религиозными традициями, выявлять потребности потребителя, развивать клиентурные отношения.

В ходе освоения курса лабораторных работ по дисциплине «Национальные кухни» обучающийся должен:

владеть: навыками приготовления национальных блюд народов Российской Федерации, стран СНГ, Европы;

знать: особенности технологии и подачи праздничных блюд национальной кухни;

уметь: использовать приобретенные знания в практической деятельности.

В таблице 1 представлен тематический план лабораторных работ.

Таблица 1 – Тематический план лабораторных работ

№ п/п	Наименование лабораторной работы	Количество часов	
		очная форма	заочная форма
1	Технология традиционных национальных блюд русской кухни. Особенности оформления и подачи	4	4
2	Технология традиционных национальных блюд украинской кухни. Особенности оформления и подачи	4	–
3	Технология традиционных национальных блюд белорусской кухни. Особенности оформления и подачи	4	–
4	Технология традиционных национальных блюд грузинской кухни. Особенности оформления и подачи	4	–
5	Технология традиционных национальных блюд узбекской кухни. Особенности оформления и подачи	4	4
6	Технология традиционных национальных блюд литовской кухни. Особенности оформления и подачи	4	–
7	Технология традиционных национальных блюд французской кухни. Особенности оформления и подачи	4	–
8	Технология традиционных национальных блюд итальянской кухни. Особенности оформления и подачи	4	–
9	Конкурс традиционных национальных блюд, приготовленных на основе рыбного сырья	4	–
ИТОГО		36	8

Требования к технике безопасности при выполнении лабораторных работ

Лабораторные работы по дисциплине «Национальные кухни» проводятся в соответствии с учебным планом и расписанием учебных занятий.

На первом занятии преподаватель проводит инструктирование студентов по технике безопасности, обращая внимание на опасные моменты при проведении работ и способы их предупреждения, меры первой помощи при ожогах, поражении электрическим током и других несчастных случаях; возможные причины возникновения пожаров и способах их тушения.

В технологической лаборатории при инструктаже знакомят с правилами эксплуатации теплового оборудования, показывают приёмы включения электрической аппаратуры (плит, жарочных шкафов).

Основные правила безопасной эксплуатации технологического оборудования:

1. Студент обязан соблюдать правила техники безопасности при работе с тепловым оборудованием (плиты, жарочный шкаф, пароконвектомат, электро-

фритюрница) во избежание получения ожогов. Для этого при эксплуатации электрических плит не допускается проливать жидкость и жир на поверхность включенных конфорок, оставлять электрические нагревательные приборы под напряжением без надобности.

2. Студент обязан соблюдать правила техники безопасности при работе с механическим оборудованием (мясорубка, блендер, миксер) во избежание получения травм. Не допускается: пользоваться мясорубкой без специального толкателя; при пользовании миксером трогать руками вращающиеся лопасти; при пользовании блендером открывать крышку во время его работы.

В журнале инструктажа все студенты подписью подтверждают ознакомление с правилами техники безопасности.

Студенты заранее, в рамках самостоятельной работы, знакомятся с технологией приготовления блюд, которую им предстоит изучить в лаборатории, отвечают на контрольные вопросы, выписывают технологию приготовления, составляют технологическую схему приготовления блюда, рассчитывают необходимое количество продуктов (массу брутто и нетто). В начале занятия преподаватель путём опроса выясняет подготовленность студентов к работе, после чего студенты получают продукты у лаборанта.

Работая в технологической лаборатории, студенты обязаны неукоснительно соблюдать правила личной и производственной гигиены. К работе приступают, надев санитарную одежду (фартук, халат), тщательно прикрыв волосы шапочкой или косынкой и вымыв руки с мылом. Санодержку нельзя закалывать булавками или иголками, хранить в её карманах посторонние предметы. Выходя из лаборатории, санодержку снимают. По окончании приготовления блюд проводится их бракераж. Студенты выставляют на общий стол приготовленные и оформленные блюда.

Требования, предъявляемые к качеству блюд, излагаются в конце каждой работы. Вначале устанавливают соответствие внешнего вида и цвета предъявляемым требованиям. При этом обращают внимание на правильность оформления блюда, форму нарезки продуктов, состояние поверхности порционных кусков (мяса, птицы, рыбы). В требованиях указан цвет, характерный для правильно приготовленного блюда. Следующим показателем качества является консистенция блюда, затем оценивают вкус и запах, начиная с блюд, имеющих слабый запах и менее острый вкус. Принимая работу, преподаватель оценивает, с одной стороны, правильность приготовления и оформления блюд и, с другой стороны, теоретические знания студентов по данному разделу.

По окончании лабораторного занятия следует выключить приборы и аппараты, вымыть и убрать посуду, привести в порядок рабочее место. Дежурные, кроме того, моют инструменты, инвентарь, которыми группа пользовалась на занятии, проверяют, отключены ли нагревательные приборы, убирают места общего пользования.

Этапы проведения лабораторных работ

Лабораторные работы по дисциплине «Национальные кухни» проводятся по нижеперечисленному алгоритму:

1. Формулирование цели проведения лабораторной работы.

2. Освоение теоретического материала посредством ответов на вопросы для самостоятельного изучения студентов, приведенные в конце теоретической части лабораторной работы.

3. Подготовка и приготовление блюд, характеризующих особенности национальной кухни. Рецептуры и технология приготовления либо указана в методических указаниях для проведения лабораторной работы, либо разрабатывается группой студентов самостоятельно в рамках творческого проекта, который предварительно представляется на практическом занятии и обсуждается в рамках деловой игры.

4. Приготовленное блюдо оформляется и подается с использованием национальной посуды (по возможности) или ее аналогов в соответствии с традициями и культурой народа.

5. В конце занятия проводится дегустация, на основании которой выбирается лучшее блюдо (с учетом его внешнего вида, вкусовых свойств, правильности подачи и др.).

По результатам выполнения лабораторной работы студентом оформляется отчет, который должен включать:

- название лабораторной работы, ее цель и дату выполнения работы;
- ответы на вопросы для самостоятельного изучения студентов, приведенные в конце теоретической части лабораторной работы;
- расчет рецептур на заданное количество порций в соответствии с заданием преподавателя;
- разработанную технико-технологическую карту;
- вывод по полученным результатам.

Структура отчетов может корректироваться в связи со спецификой лабораторных работ. Отчеты должны сохраняться до завершения семестра. Возможно выполнение технико-технологической карты в электронном виде.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА 1

ТЕХНОЛОГИЯ ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД РУССКОЙ КУХНИ. ОСОБЕННОСТИ ОФОРМЛЕНИЯ И ПОДАЧИ

Цель: получение практических умений и навыков приготовления национальных блюд народов Российской Федерации.

План проведения лабораторной работы:

1. Составить технологические, технико-технологические карты русских национальных блюд по заданию преподавателя: кулебяка, блины с припеком, окрошка, гурьевская каша.
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные русские блюда: кулебяка, блины с припеком, окрошка, гурьевская каша. В процессе приготовления провести контроль технологического процесса производства вышеперечисленных блюд.
4. На основании полученных результатов (при необходимости) предложить возможные пути совершенствования рецептуры и технологии.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Русская кухня со своей многовековой историей хорошо известна и очень популярна во всем мире, по праву считается одной из самых интересных национальных кухонь в мире.

Она привлекает многих в первую очередь своим необычным национальным колоритом, является очень сытной и в то же время ее блюда можно смело отнести к здоровому питанию.

Издавна славилась Москва своим радушием, хлебосольством, умением вкусно приготовить и хорошо принять гостей. Существовали целые улицы и слободки, где искусные мастера пекли калачи, караваи, расстегаи, кулебяки, особым способом квасили капусту, коптили окорока.

Русская кухня прошла длительный путь развития – от жидких горячих блюд, получивших общее название «хлебова»: щей, похлебки различных затирок до изысканных и пикантных блюд наших дней с пряностями и разными приправами, тонким вкусом. Обилие блюд, приготовленных из круп и муки, широкое использование овощей, лесных ягод, орехов, грибов, множество рыбных блюд. Все это обогащало и разнообразило кухню. И хотя издревле на Руси использовали восточные, привозные, пряности, наряду с ними в качестве приправ используются такие местные растения, как: мята, хмель, лук, чеснок, хрен, анис, укроп. Правда, употребляли их довольно умеренно.

Что касается мяса и молока, то эти продукты употребляли сравнительно редко, причем обработка их не отличалась сложностью. Мясо, как правило, варили в щах или кашах, молоко пили сырое, томленное или скисшее. Из молочных продуктов делали творог и сметану, а производство сливок и масла

долгое время оставались почти неизвестным. Большую роль за русским столом играет хлеб, без него не мыслимо русское меню, а также и другие известные нам мучные изделия: сайки, баранки, сочни, пышки, пироги и т. п. Неизменное значение в русской кухне сохраняют жидкие блюда – супы. Богат ассортимент национальных русских супов – щей, затирух, похлебок, ухи, рассольников, солянок, ботвиней, окрошек, тюрь. Отличается русский стол и классическими русскими напитками – всевозможными медами, квасами, сбитнями.

Главные черты русской кухни и русского национального стола – это обилие яств, разнообразие закусочного стола, любовь к употреблению хлеба, блинов, пирогов, каши, своеобразие первых жидких холодных и горячих блюд, разнообразие рыбного и грибного стола, широкое применение солений из овощей и грибов, изобилие праздничного и сладкого стола с его вареньями, печеньями и т. п.

И еще одна особенность народной русской кухни: она не знала что такое комбинированная или даже разная, совмещенная или двойная обработка.

Русская кухня складывалась на основе хозяйственного уклада древних славянских народов – земледельцев и скотоводов. В хозяйстве большую роль играли также охота, рыболовство и бортничество (собираение дикого меда). В основе ее лежит гармоничное сочетание продуктов животного и растительного происхождения. Русская печь во многом определила характерные черты национальной кухни: особую роль заправочных супов, которые готовились в горшках; обилие и разнообразие мучных выпечных изделий, тушеных и запеченных блюд; жарку мяса и птицы крупными кусками и целыми тушками.

Процесс приготовления пищи сводился к варке или выпеканию продуктов в русской печи, причем эти операции вели обязательно раздельно. То, что было предназначено для варки, отваривали сначала до конца, то, что было предназначено для печенья, только пекли. Оттого кушанья получались всегда даже не отваренными, а скорее томленными или полутомленными-полутушенными, отчего приобретали совершенно особый вкус. Причем все блюда готовили, как правило, в русской печи. Введение наплитного приготовления привело к необходимости заимствования ряда новых технологических приемов, а также к разной форме блюд старинной русской кухни, приспособлению к новой технологии. Это направление оказалось плодотворным. Оно помогло спасти от забвения многие блюда русской кухни.

Приемы пищи

Еще в конце XVIII в. русский историк И. Болтин отметил характерные особенности русского стола. В сельской местности было принято четыре поры еды, а летом в рабочую пору – пять: завтрак, или перехватка, полдник, ранее обеда, или ровно в полдень, обед, ужин и паужин.

С развитием капитализма рабочие в городах стал есть вначале три, а затем лишь два раза в день: завтракали с рассветом, обедали или ужинали, придя домой. На работе же только полдничали, т. е. закусывали холодной едой. Постепенно обедом стала называться любая полная еда, полный стол с горячим блюдом, иногда независимо от времени суток.

Роль хлеба в питании русских людей

Большую роль за русским столом играл хлеб. За щами или другими первыми жидкими блюдами в деревне обычно съедали от полкило до килограмма черного ржаного хлеба. Белый хлеб, пшеничный, фактически не был распространен в России до начала XX в. Его ели изредка и в основном зажиточные слои населения в городах. В народе на него смотрели как на праздничную еду. Поэтому белый хлеб, называемый в ряде районов страны булкой, выпекали не в пекарнях, как черный, а в особых булочных и слегка подслащивали. Местными разновидностями белого хлеба были московские сайки и калачи, смоленские крендели, валдайские баранки и т. п. Черный хлеб различался не по месту изготовления, а лишь по роду выпечки и сорту муки – заварной, подовой, обдирной и т. п.

С XX в. вошли в обиход и другие мучные изделия из белой, пшеничной, муки, ранее не свойственные русской кухне, – вермишель, макароны, в то время как употребление пирогов, блинов и каш сократилось. В связи с распространением в быту белого хлеба чаепитие с ним стало порой заменять завтрак и ужин.

Жидкие блюда (блюда) – характерная особенность русской кухни

Неизменное значение в русской кухне сохраняли первые жидкие блюда, называемые с конца XVIII в. супами. Супы всегда играли главенствующую роль на русском столе. Недаром ложка была главным столовым прибором. Она появилась у нас ранее вилки почти на 400 лет.

«Вилкою, что удой, а ложкою, что неводом», – гласила народная пословица.

Ассортимент национальных русских супов – шей, затирух, похлебок, ухи, рассольников, солянок, ботвиней, окрошек, тюрь – продолжал пополняться в XVIII–XX вв. различными видами западноевропейских супов вроде бульонов, супов-пюре, различных заправочных супов с мясом и крупами, которые хорошо приживались благодаря любви русского народа к горячему жидкому вареву. Точно так же получили место на современном русском столе и многие супы народов нашей страны, например украинские борщи, белорусские свекольники и супы с клецками.

Ни в какой другой национальной кухне не представлено такое разнообразие типов супов, как в русской. Их можно разделить, по крайней мере, на семь больших групп:

1. Холодные супы с использованием кваса как основной жидкости. Сюда относятся тюри, окрошки и ботвиньи.
2. Легкие супы, или похлебки, основу которых составляют вода и овощи.
3. Супы-лапша с мясной, грибной и молочной гаммой.
4. Щи – основной тип русских супов.
5. Рассольники и солянки – тяжелые супы на мясном бульоне и солено-кислой основе.
6. Уха и калья – две главные разновидности рыбных супов.
7. И, наконец, собственно супы на крупяной и крупяно-овощной основе.

Роль рыбных блюд в русской кухне

В меньшей степени, чем супы, сохранили свое первоначальное значение на русском столе рыбные блюда, которые приготавливались как из речной, так и из морской рыбы, широко использовавшейся в русской кухне еще в старину, особенно в Северной России, на русском Поморье. Жители этих бесхлебных в те времена районов издавна привычны были к треске, палтусу, пикше, мойве, наваге.

«Безрыбье – хуже бесхлебья», — гласила тогда поговорка поморов.

Известны в русской кухне рыба паровая, вареная, тельная, т. е. изготовленная особым образом из одного филе, без костей, жареная, чиненая (наполненная начинкой из каши или грибов), тушеная, заливная, печеная в чешуе, запеченная на сковородке в сметане, просольная (соленая), вяленая и сушеная (сушик). В Печорском и Пермском краю рыбу, кроме того, квасили (кислая рыба), а в Западной Сибири ели строганину – мороженую сырую рыбу. Нераспространенным был лишь способ копчения рыбы, который получил развитие в основном только за последние 70–80 лет, т. е. с начала XX в.

Характерным для старинной русской кухни было широкое применение пряностей в довольно большом ассортименте. Однако снижение роли рыбных, грибных блюд и блюд из дичи, а также введение в меню ряда блюд немецкой кухни сказалось на сокращении доли пряностей, используемых в русской кухне.

Кроме того, многие пряности из-за дороговизны, так же как и уксус, и соль, еще с XVII в. в народе стали употреблять не в процессе приготовления пищи, а ставить на стол и использовать уже во время еды в зависимости от желания каждого. Этот обычай дал повод впоследствии утверждать, что русская кухня якобы не употребляла пряностей.

С тех далеких времен остался обычай ставить во время еды на столе соль в солонке, перец в перечнице, горчицу и уксус в отдельных баночках.

Технологические процессы, свойственные русской кухне

На большом отрезке развития русской национальной кухни процесс приготовления пищи сводился к варке или к выпеканию продуктов в русской печи, причем эти операции велись обязательно отдельно. То, что было предназначено для варки, отваривали с начала и до конца, то, что было предназначено для печения, только пекли. Таким образом, народная русская кухня не знала, что такое комбинированная или даже разная, совмещенная или двойная тепловая обработка. Тепловая обработка пищи заключалась в нагреве теплом русской печи, сильным или слабым, трех степеней – «до хлебов», «после хлебов», «на вольном духу», – но всегда бесконтактном с огнем и либо с постоянной держащейся на одном уровне температурой, либо с падающей, убывающей температурой, когда печь постепенно остывала, но никогда не с возрастающей температурой, как при наплитном приготовлении. Поэтому блюда получались всегда даже не отваренными, а скорее томлеными или полутомленными-полутушеными, отчего приобретали совершенно особый вкус. Недаром многие блюда старинной русской кухни не производят должного впечатления, когда их готовят в иных температурных условиях.

Однако не следует забывать, что русская печь оказала на русскую кухню не только положительное, но в известной степени и отрицательное влияние – она не стимулировала выработку рациональных технологических приемов.

Введение наплитного приготовления привело к необходимости заимствования ряда новых технологических приемов и вместе с ними блюд западноевропейской кухни, а также к реформе блюд старинной русской кухни, их рафинированию и развитию, приспособлению к новой технологии. Это направление оказалось плодотворным. Оно помогло спасти от забвения множество блюд русской кухни.

Особенности региональной русской кухни

Говоря о русской кухне следует иметь в виду и ярко выраженные региональные различия в ней, объясняемые главным образом разнообразием природных зон и связанным с этим несходством растительных и животных продуктов, разным влиянием соседних народов, а также пестротой социальной структуры населения в прошлом. Вот почему сильно отличаются кухни москвичей и поморов, казаков Дона и сибиряков.

В то время как на Севере едят оленину, свежую и соленую морскую рыбу, ржаные пироги, дежни с творогом и много грибов, на Дону жарят и тушат степную дичь, едят много фруктов и овощей, пьют виноградное вино и готовят пироги с курятиной. Если пища поморов имеет сходство со скандинавской, финской, карельской и лопарской (саамской), то на кухню казаков Дона заметное влияние оказали турецкая, ногайская кухни, а русское население на Урале или в Сибири следует татарским и удмуртским кулинарным традициям.

Региональные особенности иного плана издавна были присущи также кухням старых русских областей Центральной России. Особенности эти обусловлены еще средневековым соперничеством между Новгородом и Псковом, Тверью и Москвой, Владимиром и Ярославлем, Калугой и Смоленском, Рязанью и Нижним Новгородом. Причем они проявлялись в области кухни не в крупных несходствах, вроде различий в технологии приготовления или в наличии в каждой области своих блюд, как это было, например, в Сибири и на Урале, а в различиях как раз между одними и теми же блюдами, в различиях часто даже несущественных, но тем не менее довольно стойких. Ярким примером этого служат хотя бы такие распространенные русские блюда, как уха, блины, пироги, каши и пряники: их делали по всей Европейской России, но в каждой области имелись свои излюбленные виды этих блюд, свои мелкие различия в их рецептуре, свой внешний вид, свои приемы подачи к столу и т. п.

Этой особенности обязано возникновение, развитие и существование до сих пор, например, разных видов пряников – тульских, вяземских, воронежских, Городецких, московских и т. д.

Региональные различия как большие, так и малые, естественно, еще более обогащали русскую кухню, разнообразили ее. И в то же время все они не меняли ее основного характера, ибо в каждом конкретном случае обращают на себя внимание отмеченные выше общие черты, которые в совокупности отличают национальную русскую кухню на всем протяжении России от Балтики до Тихого океана.

Вторые мясные и рыбные блюда

В русской народной кухне можно выделить три основные разновидности мясных вторых блюд:

- отварное мясо крупным куском, приготовляемое в супах и кашах, а затем используемое как второе блюдо или как закуска в холодном виде;
- блюда из субпродуктов (печени, сальника, сычуга), запекаемые вместе с крупами в горшках;
- блюда из целого животного (птицы) или из части его (ноги), или из крупного куска мяса (огузок, кострец), зажариваемые в духовой печи на противне, так называемое жаркое.

Различные котлеты, биточки, фрикадели, кнели, приготовляемые из молотого мяса, заимствованные и получившие распространение лишь в XIX–XX вв., для классической русской кухни не характерны и потому здесь не приводятся.

В качестве гарниров к мясным блюдам русского стола в прошлом обычно использовались каши и кашицы, в которых варилось мясо, затем либо отварные, а точнее пареные и печеные, корнеплоды (репа, морковь), а также грибы; к жаркому независимо от используемого мяса, кроме того, подавали также соленья – квашеную капусту, моченые и кислые яблоки, моченую бруснику, взвары. В современных условиях печеные овощи для русских мясных блюд удобно готовить в алюминиевой пищевой фольге. Роль подливы играет обычно сок, образуемый при жарении, а также топленая сметана и топленое сливочное масло, которыми поливают отварные овощи или сдабривают каши, т. е. гарнир.

Соусы для мясных блюд, т. е. подливки на муке, масле, яйцах и молоке, не свойственны исконно русской кухне.

В русской кухне можно выделить пять разновидностей вторых рыбных блюд:

- отварная рыба (в старину ее называли разварной), отвариваемая (а точнее припускаемая) в воде целиком или крупными кусками;
- паровая рыба (по-старинному подпарная), отвариваемая на пару, как правило, целиком;
- тельная рыба, приготовляемая в филированном виде (бескостном) и защищенная при этом какой-нибудь оболочкой – мучной, яичной;
- жареная рыба, приготовляемая, как правило, целиком (рыба небольших размеров) с использованием мучной панировки и сметаны. (Фактически такое жарение близко запеканию);
- томленая рыба, приготовляемая путем длительного томления в духовке в сметанной среде.

Блюда из грибов

В русской кухне применяются сушеные, соленые, жареные, тушеные и отварные грибы.

Особенно распространено употребление соленых и жареных грибов. При этом каждый вид грибов солят отдельно: рыжики, волнушки, грузди, белые, маслята и т. д. Для жарения, наоборот, стараются соединить разные виды грибов, обычно добавляя к небольшому количеству благородных грибов (белых,

подосиновиков) сыроежки, маслята, моховики, лисички, опята и т. п., обладающие разным вкусом и свойствами (сухостью, мягкостью и т. п.). Поэтому, чем разнообразнее набор в жареных грибах, тем они вкуснее.

Соленые грибы употребляют чаще всего в качестве закусок, добавок в щи, окрошки, солянки и как гарниры ко всем рыбным и к большинству мясных блюд.

Жареные грибы, как правило, составляют отдельное блюдо или идут на начинки в пироги и гарниры ко всем мясным блюдам. Что касается сушеных грибов, то они применяются в основном в супах, реже в кашах и отчасти в начинках, когда отсутствуют свежие грибы. Тушеные грибы готовят обычно в сочетании с мясом, рыбой, овощами и иногда как самостоятельное блюдо. Отварные грибы в русской кухне употребляют реже всего, в отличие от французской и белорусской.

Отдельных чисто грибных блюд в русской кухне сравнительно мало. В основном это различные закуски из соленых грибов, где последние составляют от 70 до 90 % массы, жареные в разных видах грибы (тяпаные, целики), тушеные грибы с капустой и картофелем и грибы в тесте.

Каша – одно из самых распространенных русских национальных блюд, второе после щей по своему значению на русском столе.

Длительное время каша была любимым блюдом в России, а первоначально даже торжественным, обрядовым. Она употреблялась на празднествах, в том числе на пирах, на свадьбах, на крестинах. Вот почему в XII–XIV вв. слово «каша» было равнозначно слову «пир». Так, летопись сообщает, что в 1239 г. князь Александр Невский устроил большую кашу в Торопце, а затем другую в Новгороде. Позднее каша стала постоянно употребляться при всяких коллективных работах, особенно во время взаимной выручки при жатве, когда действовали сообща, артелью. Поэтому артель нередко стали называть «кашей».

«Мы с ним в одной каше», – означало в одной артели, одном отряде, одном коллективе. Особенно долго сохранялось это значение «каши» на Дону и в других местах, где селилась русская вольница.

Разнообразие видов русских каш базировалось прежде всего на многообразии сортов круп, производимых в России. Почти из каждого вида зерна делалось несколько видов круп – от целых до дробленных различным образом. Больше всего любили крупы из гречихи.

Помимо крупной крупы – ядрицы, идущей для крутых, рассыпчатых каш, делали и более мелкую – велигорку и совсем мелкую – смоленскую (они не дробились, как современный «продел», а окатывались круглыми). Кроме того, из гречихи получали так называемую обварную крупу, которую, завернув в ткань, быстро обваривали в кипятке, а затем высушивали и только после этого употребляли в каши. Из ячменя делали крупу трех видов – перловую крупную, голландку, помельче, но побелее, и ячневую, совсем мелкую, вроде манной. Ячневые каши были любимым кушаньем Петра I. Широко были распространены полбенная каша из полбы (ныне возделывается только в Закавказье, где называется «зандури»), пшенная (из проса), манная (из твердых пшениц), овсяная (из целого и дробленого овса) и зеленая (из молодой, недозрелой, в полови-

ну налившейся ржи). В XIV–XV вв. вошла в употребление рисовая каша из привозного, а затем и своего, русского, так называемого акулининского или суходольного риса, выращиваемого в Астраханской и Саратовской областях. Позднее, в XIX в., появились в России и привозные или искусственные виды круп – саго и розовая крупа из крахмала, которые, однако, употребляли довольно редко.

В русской кухне каши издавна делились по консистенции на три основных вида – кашицы (или жиденькие кашки), размазни (или вязкие каши) и крутые, рассыпчатые.

Больше всего любили в России рассыпчатые каши, в старину охотно ели также кашицы (особенно с рыбой), заменявшие суп, размазни же недолюбливали: считалось, что это ни то и ни се, словом, смотрели на них как на испорченные каши.

Каждый из перечисленных видов отличается количеством жидкости, в которой варится каша. Чем больше воды (молока, бульона), тем жиже каша. Кроме того, в более жидких кашах есть еще и слизь, которая при приготовлении крутых каш либо сливается, либо не успевает вывариться из зерна. Наличие или отсутствие этой слизи придает кашам в целом различный вкус. Надо еще иметь в виду, что изменить соотношение между крупой и жидкостью уже после того, как каша начала вариться, нельзя.

В прошлом почти все каши готовили одинаково: крупу и воду помещали в глиняный горшок и распаривали в русской печи. Это требовало большого времени, порой 4–5 ч. С переходом к наплитному приготовлению продолжительность варки каш сократилась примерно до 1–1,5 ч, однако ненамного, если ее после этого распаривают в духовке или тепло укутывают.

Однако каша в чистом виде еще не каша. Вкус ее будет во многом зависеть от того, чем ее сдобрили и приправили.

«Кашу маслом не испортишь», – гласит пословица. Но масло отнюдь не единственная и, главное, не первая добавка в кашу, а заключительная. Самыми же распространенными добавками в каши являются молочные продукты – молоко, простокваша, пахта, сметана, творог и сливки. На втором месте по частоте применения в качестве добавок стоят мясо, рыба, горох, яйца и грибы. К некоторым кашам подходят подмешиваемые в небольших количествах тыквенное пюре (к пшену) и мак (к ячневой каше). Для создания же сладкой гаммы, кроме сахара, используют варенье, мед, изюм, урюк, курагу, орехи, свежие фрукты, шоколад, подходящие к белым кашам (манной, рисовой, саго). Из пряностей в каши идут черный и красный перец, петрушка, сельдерей, пастернак, чеснок, корица, бадьян, цедры, мускатный орех, ваниль.

Блины – одно из самых древнейших изделий русской кухни, появившееся еще до IX в. в языческие времена.

Слово «блин» – искаженное «млин» от глагола «молоть». «Мелин», или «млин», означает изделие из намеленного, т. е. мучное изделие. Это едва ли не самое экономное мучное блюдо, для которого требуется минимум муки при максимуме жидкости (воды, молока), поскольку для блинов употребляется весьма разжиженное тесто.

Еще более увеличивают объем этого теста дрожжи.

Русские блины отличаются совершенно особой консистенцией, они мягки, рыхлы, ноздреваты, пышны, легки и при этом как бы полупрозрачны, с четко различимым рисунком многочисленных пор. Такие блины, как губка впитывают в себя растопленное масло, сметану, отчего делаются сочными, лоснящимися и вкусными.

Известно несколько видов блинов, различающихся между собой главным образом используемым для них сырьем (мукой, водой или молоком, маслом, яйцами), технология же приготовления для всех видов в основных чертах почти одинакова.

Блины различают и называют по тому виду муки или крупы, которые идут на их изготовление: ржаные, гречневые, гречнево-пшеничные, пшеничные, пшеничные, манные.

Отличны по технологии, например, заварные блины. Кроме того, разнообразие в ассортименте блинов вносят и различные способы употребления их. Один из них широко известен – это обычай есть готовые блины с жирными или острыми добавками, либо макая их в масло или сметану, либо заворачивая в них соленую рыбу (селедку, кету, семгу, горбушу) или икру.

Реже употребляется еще один способ – это введение в блины припеков в момент их выпечки. Классическим припеками служат лук, крутые яйца, творог, сушеные снетки.

Припек делают так: насыпают на середину сковороды рубленый лук, крутые яйца и заливают их тестом; можно иначе — уже почти испеченный блин, не снимая со сковороды, намазывают сверху тонким слоем творога, стертым с сырым яйцом, и затем, обмазав его маслом, быстро переворачивают на другую сторону, прижимая к накаливаемой поверхности сковороды (это называется «прижарить в пылу»).

Одной из разновидностей блинов (а не пирогов!) следует считать и так называемые блинчатые пироги, т. е. несколько блинов, наложенных стопкой один на другой и переложенных между собой различной начинкой, чаще всего из мясного фарша, пережаренного с луком, с рублеными крутыми яйцами. Такие стопки блинов смазывают с боков смесью яиц, муки и молока, чтобы фарш не вываливался, и обжаривают слегка в духовке.

Пироги занимают на русском столе видное и притом всегда почетное место. Это одни из тех подлинно национальных изделий, которые дошли до нас из глубокой древности, избежав какого бы ни было иностранного влияния.

Пироги готовились и употреблялись на Руси вначале исключительно по праздникам. Само слово «пирог», происшедшее от древнерусского слова «пир», указывает на то, что ни одно торжественное застолье не могло обходиться без пирогов. При этом каждому празднеству соответствовал свой особый вид пирогов, что и послужило причиной разнообразия русских пирогов как по внешнему виду, так и по тесту, начинкам и вкусу.

Длительное существование пирогов как излюбленного кушанья в значительной степени объясняется не только их высокими вкусовыми достоинствами, но и тем, что они оказались, можно сказать, удобной формой концентриро-

ванного питания. Часто в пироге в буквальном смысле заключался привычный домашний обед русского человека, т. е. хлеб, щи, каша, так как пироги начинялись чаще всего капустой, репой, кашей, грибами. Поэтому с расширением различных форм внедомашнего труда пироги стали брать с собой на работу, в дорогу. Именно в этот период родилась поговорка «В пирог все завернешь».

В классическом национальном русском обеде пироги идут всегда после рыбы, рыбного блюда, так что за ними следует еще одно второе – жаркое или каша; в более простом русском обеде они следуют либо сразу после супа, либо после второго блюда.

С середины XIX в. вошло в обычай, особенно в ресторанах, подавать кулебяки, пироги с кашей или расстегаи к соответствующим первым блюдам — мясному бульону, щам или ухе.

В конце XIX – начале XX вв. слоеные пироги стали подавать также как закуску к завтраку или как самостоятельное блюдо к полднику и ужину. Сладкие пироги подаются к чаю.

В настоящее время для пирогов используется пшеничная мука. Первоначально же, в XII–XIV вв., русские пироги делались преимущественно из ржаной муки, впоследствии с небольшой примесью пшеничной, а еще позднее к пшеничной муке низшего сорта стали примешивать небольшое количество муки высшего сорта. Постепенно сложилась традиция делать тесто для пирогов из своего рода мучного «коктейля», что оказало влияние на особенности вкуса и консистенции теста.

Тесто русского пирога должно быть всегда кислым, дрожжевым, или живым, жилым, как его образно называли в старину. В качестве закваски могут использоваться наряду с дрожжами простокваша, сметана, пиво, брага, сыворотка. Нередко кислые компоненты соединяются в разных сочетаниях, и это дает возможность разнообразить консистенцию и вкус кислого теста. В прошлом в качестве закваски для пирогов очень часто применяли отрубяно-дрожжевую опару: отруби заваривали кипятком, давали немного постоять, затем разводили теплой водой, добавляли дрожжей и оставляли на ночь. Считалось, что пироги из теста, приготовленного на опаре, вкуснее, лучше, а теста получается больше. В настоящее время в быт вошел и укрепился безопасный, более быстрый способ приготовления теста.

Разнообразны и сдобные компоненты, входящие в состав теста для русских пирогов. Это прежде всего молоко, а затем различные виды жиров (растительные, сливочные, говяжий жир) и в гораздо меньшей степени – яйца. Выбор жира обычно связан с выбором начинки.

Так, в пироги с растительной начинкой и рыбой традиционно используются растительные масла, в пироги с мясной начинкой – говяжий почечный жир, в пироги из птицы и в кулебяки – сливочное и топленое масло.

Свобода в выборе основных компонентов теста привела к появлению многочисленных вариаций пирогов. Вместе с тем сложились и определенные традиции, устанавливающие пропорции основных частей теста.

Тесто для несладких пирогов должно быть не слишком плотным по консистенции.

В тесто для сладких пирогов кладут больше яиц и масла, чем в тесто для несладких пирогов, и, кроме того, делают его несколько круче по консистенции и раскатывают в более толстый пласт, чтобы воспрепятствовать разъеданию теста сахаром и сладкой начинкой (вареньем).

В несладких пирогах, наоборот, достоинством является большое количество начинки и тонкая, сухонькая корочка. Исключение составляют лишь кулебяки, где тесто снизу пирога делается несколько толще, чтобы увеличить слой начинки, но по консистенции остается таким же некрутым, как и для прочих несладких пирогов.

Начинку для русских пирогов готовят чаще всего из одного какого-либо продукта. Это может быть начинка из овощей (капусты, гороха, моркови, репы, картофеля, лука, щавеля), грибов (сухих, свежих отварных, жареных и соленых всех видов), разнообразных крутых каш с большим содержанием масла (чаще рисовой), вязиги и рыбы, мяса, домашней птицы (чаще курицы), творога, яиц, дичи. Традиционные начинки – каши с луком и яйцами, капуста с яйцами, грибы с луком и, наконец, мясо или рыба (или вязига) с рисом и яйцами.

Пироги со сложной начинкой называются кулебяками. Иногда начинка накладывается в несколько рядов.

При этом в нижний слой всегда кладут ту или иную кашу, а в верхний – рыбу или мясо, грибы, лук.

Начинку всех видов (кроме рыбы) кладут в пироги только вареной, остуженной. Рыбная же начинка может быть и из сырой рыбы, отчего такие пироги пекутся примерно вдвое дольше остальных.

Начинки должны быть сочными, жирными, по вкусу более острыми, более резкими, более выразительными, чем диктует нормальный вкус. Это означает, что несладкие начинки должны быть чуть солонее, чуть пикантнее, чуть жирнее, а сладкие – чуть слаще.

Внешний вид пирогов характеризуется размерами, формой, конфигурацией и цветом.

Ориентиром для размеров пирога раньше служил лист газеты.

Чаще всего делали пироги размером в четверть листа или в восьмую его часть. Пироги размером меньше шестнадцатой части называются уже пирожками.

Кулебяки делали размером в поллиста в длину и в четверть листа в ширину, т. е. длинными, но узкими. Кулебяки больших размеров, не вмещающиеся на противне и в силу своих размеров и толщины требующие более длительной выпечки и высокой температуры, прежде обычно пекли на поду, т. е. на том месте в русской печи, куда кладут дрова.

Вид закрытого мясного, рыбного или грибного пирога, русское национальное блюдо (см. рисунок 1). Наиболее распространенные начинки кулебяк: мясо и рис с рубленными яйцами и луком; капуста свежая, жареная с яйцами, луком и грибами; каша гречневая с луком и красной рыбой; рыба и рис с вязигой и луком.

Дрожжевое тесто для кулебяк традиционно готовят опарным способом. Возможен также безопасный способ приготовления. Выпекаются кулебяки массой по 500 г и более.

Пироги с начинкой из мяса, рыбы, птицы, а также со сложной и сыпучей начинкой (грибы, лук, рис, яйца) никогда не оставляют открытыми. Такие пироги всегда надо тщательно защипывать со всех сторон.

Пироги заполняют начинкой и окончательно оформляют непосредственно на противне, который смазывают маслом и протирают промасленной бумагой, а если пирог сладкий из слоеного, масляного теста, то противень только смачивают слегка водой или посыпают тонким слоем муки, при этом он должен быть всегда холодным.

Напитки в русской кухне

Почти все русские национальные напитки оригинальны и не повторяются ни в одной другой национальной кухне.

Это сбитень, квасы, меды, морсы, водицы, уваренный капустный сок, сыворотка с изюмом. Многие из них вышли ныне из употребления.

Издавна использовали эти напитки как застольные, т. е. для запивания блюд из мяса и дичи, сладких каш, а также как десерт. Совершенно самостоятельным напитком является сбитень, заменявший чай до его появления в России.

Древнейшими напитками являются меды, или медки, которые не следует путать с так называемыми ставленными медами: медки готовятся на воде с добавлением небольшого количества меда и хмеля, ставленные меды – это крепкие алкогольные напитки, в состав которых входит ягодный сок, большое количество меда и водка.

Водицы и морсы готовят на основе ягодного сока, смешанного в различных пропорциях с водой, доводя эти смеси до легкого забраживания. Сыворотка настаивается на изюме и также дает легкое сбраживание. Капустный сок (можно свежий, но чаще кислый, от квашеной капусты) уваривают с небольшим количеством сахара. Это нестойкие напитки, используемые в небольших количествах в домашних условиях.

А вот квасы и сбитни всегда были массовыми напитками. Наибольшее распространение получили квасы, насчитывающие несколько десятков разновидностей.

По сравнению с квасами сбитни совсем просты в приготовлении. Их получают путем уваривания меда, заваривания или даже варки сбитневых приправ (пряностей, соков) и последующего соединения и кипячения этих двух частей. Сбитни пьют только горячими – это зимний напиток. Само слово «сбитень» происходит от глагола «сбивать», но только в смысле «соединять, собирать воедино, разнородные части», а не в смысле «взбивать».

ЗАДАНИЕ И ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ

(выполняется группами по четыре-пять человек)

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты русских национальных блюд: блины с припеком и кулебяка в соответствии с вариантом задания.

2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.

3. Приготовить национальные русские блюда – кулебяка и блины с припеком.

Кулебяка (Сб., 2002, № 1326)

Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Дрожжевое безопарное тесто п/ф	–	600
Фарш п/ф	–	530
Меланж для смазки	1/4 шт.	10
Сливочное масло (маргарин столовый)	2,5	2,5
Мука на подпыл	18	18
Выход	–	1000

Дрожжевое безопарное тесто

Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Пшеничная мука в/с	641	641
Дрожжи (прессованные)	19	19
Молоко (вода)	258	258
Сливочное масло	29	29
Яйцо	3/4 шт.	34
Сахар	34	34
Соль	10	10
Выход	–	1000

Начинка фарш из свежей капусты

Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Белокочанная капуста, свежая	1500	1200
Растительное масло	100	100
Яйцо	2,5 шт.	100

Соль	10	10
Перец черный молотый	0,2	0,2
Петрушка (зелень)	14	10
Выход	–	1000

Начинка фарш мясной с яйцом

Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	1477	1087
Сливочное масло (маргарин столовый)	60	60
Лук репчатый	100	84
Мука пшеничная	10	10
Яйца	3 1/4 шт.	129
Перец молотый	0,5	0,5
Соль	10	10
Выход	–	1000

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Тесто

Влить в посуду подогретое до 30–35 °С молоко или воду, развести там дрожжи, растворить сахар, соль, влить яйцо, всыпать просеянную муку и замесить тесто (7–8 мин). Перед окончанием замешивания добавить растопленное и охлажденное до комнатной температуры масло или маргарин. Хорошо вымешенное тесто должно быть однородным, легко отставать от рук и стенок посуды.

Замешенное тесто слегка присыпать мукой, посуду накрыть чистой салфеткой или полотенцем (но не крышкой) и поставить в теплое место для брожения на 3~4 ч.

При брожении теста образуются пузырьки углекислого газа, способствующие его разрыхлению. Но большое содержание углекислого газа замедляет процесс брожения, поэтому тесто нужно периодически вымешивать, обминать. Первую обминку провести через 1–1,5 ч после начала брожения (когда тесто поднимется), вторую – через 1,5 ч после первой.

Начинка – фарш из свежей капусты

Яйца отварить вкрутую, очистить и нарезать мелкими кубиками.

Свежую очищенную промытую капусту нашинковать, затем выложить слоем не более 3 см на противень с растопленным жиром и жарить до готовности в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С. Готовую капусту охладить.

Солить капусту до жарки или неохлажденную после жарки нельзя, так как при этом выделившаяся влага снижает качество фарша

В подготовленную капусту добавить измельченные яйца и растопленное сливочное масло, все посолить, поперчить, добавить мелко нарезанную зелень и тщательно перемешать.

Начинка – фарш мясной с яйцом

Первый способ приготовления мясного фарша с луком. Котлетное мясо промыть, разрезать на куски и обжарить на жире, после чего мясо переложить в глубокую посуду, добавить бульон или воду (15–20 % к массе мяса нетто) и тушить при слабом нагреве до готовности.

Тушеное мясо и предварительно пассерованный лук измельчить в мясорубке. Пассерованную с жиром муку развести бульоном, оставшимся после тушения мяса, и проварить. Полученным белым соусом заправить фарш, добавить соль, перец, мелко нарезанную зелень и перемешать.

Второй способ приготовления фарша. Сырое мясо пропустить через мясорубку с двумя решетками. Фарш положить на смазанный жиром глубокий противень слоем не более 3 см и, периодически помешивая, обжарить до готовности в жарочном шкафу. Затем выделившийся из мяса сок слить и приготовить на нем белый соус. Обжаренное мясо смешать с пассерованным луком и еще раз пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Фарш заправить белым соусом, солью, перцем и перемешать.

При приготовлении мясных фаршей с яйцом, рисом или рисом и яйцом в готовый мясной фарш добавить соответственно рубленые яйца, или рассыпчатую рисовую кашу, или смесь яиц с рисовой кашей.

Для приготовления одной кулебяки (масса нетто 1000 г) 600 г теста раскатывают в пласт толщиной 1 и шириной 18–20 см, на середину пласта по всей длине кладут начинку (530 г). Края теста соединяют над фаршем и защипывают. Примеры оформления приведены на рисунке 1.



Рисунок 1 – Оформление кулебяки

Сформованную кулебяку укладывают швом вниз на смазанный жиром лист, украшают вырезанными кусочками из того же теста, приклеивая их взбитым яйцом, и оставляют для расстойки. Перед выпеканием ее смазывают взбитым яйцом и сверху прокалывают в 2–3 местах. Выпекают изделия при температуре 220–240 °С 45–60 мин.

Перед отпуском кулебяки разрезают на порции по 100 или 150 г. Подают в горячем и холодном виде.

Блинчики с припеком **Рецептура на 1 порцию**

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Пшеничная мука в/с	66	66
Дрожжи (прессованные)	4	4
Молоко (вода)	110	110
Топленое (сливочное) масло	5	5
Яйца	1/4 шт.	10
Сахар	4	4
Соль	1,5	1,5
Кулинарный жир (для обжарки)	4	4
Припек		
№ 1		
Яйца	1/4 шт.	10
№ 2		
Отварное мясо	20	20
№ 3		
Зеленый лук	12,5	10
Выход	–	150/(10/20/7)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

В небольшом количестве молока (воды) растворить соль, сахар, добавить предварительно разведенные дрожжи, смесь процедить, соединить с остальным молоком, подогретым до 35–40 °С, ввести масло, яйца, перемешать, добавить просеянную муку и замешать тесто. Замешанное тесто оставить в теплом месте (25–35 °С) на 3–4 ч для брожения. В процессе брожения тесто обминать.

На раскаленную сковороду, смазанную жиром, положить припек, залить тестом. Блинчики выпекать с обеих сторон, толщина их не должна быть больше 3 мм.

Для приготовления припеков яйца, сваренные вкрутую, мелко порубить, отварное или жареное мясо измельчить на мясорубке или нарезать ломтиками, зеленый лук мелко нарезать и слегка обжарить (рисунок 2).



Рисунок 2 – Блинчики с припёком

Окрошка мясная на квасе (Сб., 2002 № 404)

Рецептура на 1 л

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Квас окрошечный	680	680
Говядина (лоп. часть, грудинка)	110	81
Масса отварного мяса	–	50
Лук зеленый	100	80
Огурцы свежие	75	60
Картофель	137	100*
Яйца	1/2 шт.	20
Сахар	10	10
Горчица	4	4
Сметана	10	10
Выход	–	1000
* Картофель вареный чищенный		

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Окрошка мясная на квасе

Варёные мясо, картофель и яйца, свежие огурцы нарезают мелкими кубиками или короткой соломкой. Лук зелёный шинкуют. В квас добавляют сахар, горчицу и хранят на холоде.

При отпуске в порционную посуду кладут нарезанные продукты, наливают охлаждённую смесь и посыпают мелко нарезанным укропом (рисунок 3).



Рисунок 3 – Окрошка на квасе

Гурьевская каша

Рецептура на 1 порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Манная крупа	23	23
Молоко (жирн. 3,2 % и выше)	200	200
Сахар	13	13
Вальный сахар	5	5
Соль	1	1
Сливочное масло	8	8
Сливки 20%-ные	125	125
Цукаты	25	25
Миндаль сладкий	27	25
Фундук	14	12
Панировочные сухари	8	8
Тростниковый сахар	13	13
Выход	–	250

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Молоко налить в сотейник и довести до кипения на плите. Помешивая, тоненькой струйкой всыпать манную крупу и посолить. Варить, помешивая, пока каша не загустеет, добавить часть сахар и ванильный сахар, сливочное масло. Укутать и оставить на 20–30 мин.

Орехи ошпарить, очистить от тонкой кожицы. Орехи измельчить крупно, обсыпать оставшимся сахаром и обжарить в духовке до образования светло-коричневой карамельной корочки.

Сливки вылить в широкую и неглубокую жаропрочную посуду. И поставить в духовку на 150–160 °С.

Когда на поверхности появится румяная пенка, ее нужно аккуратно снять вилкой на тарелку, а сливки снова вернуть в духовку до появления новой пенки. Не передерживайте, темно-коричневые пенки горчат.

Когда все будет готово, можно приступить к сборке каши. Взять металлическую или другую форму, пригодную для запекания. Дно смазать сливочным маслом и присыпать сухарями. Выложить слой каши.

Далее – ряд пенок (чем толще будет слой пенок, тем вкуснее). И сверху – ряд карамелизированных или каленых орехов и цукаты. Не наполнять форму до краев.

Чередовать, пока не закончатся продукты. Последний слой – каша. Посыпать сверху тростниковым сахаром и обработать газовой горелкой-пистолетом. Поставить форму в духовку (которая еще остывает).

Подавать лучше всего в теплом виде, украсив оставшимися орехами. Когда каша остынет, то будет хорошо держать форму при нарезке, а на вкус будет больше похожа на пудинг (рисунок 4).



Рисунок 4 – Гурьевская каша

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Особенности русской кухни.
2. Первые блюда в русской кухне. Ассортимент, технология приготовления щей, окрошки, ухи.
3. Вторые мясные и рыбные блюда русской кухни. Ассортимент. Специфика технологии приготовления.
4. Вторые грибные блюда русской кухни. Ассортимент. Специфика технологии приготовления.
5. Каши, одно из самых распространенных русских национальных блюд. Ассортимент. Специфика технологии приготовления.
6. Блины – одно из самых древнейших изделий русской кухни, виды блинов.
7. Пироги. Виды теста, начинки. Значение в жизни русского человека.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА 2

ТЕХНОЛОГИЯ ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД УКРАИНСКОЙ КУХНИ. ОСОБЕННОСТИ ОФОРМЛЕНИЯ И ПОДАЧИ

Цель: получение практических умений и навыков приготовления блюд украинской кухни.

План проведения лабораторной работы:

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты украинских национальных блюд (по заданию преподавателя: борщ с пампушками, вергуны, соложеники, торт Киевский).
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные украинские блюда: борщ с пампушками, вергуны, соложеники. В процессе приготовления провести контроль технологического процесса производства вышеперечисленных блюд.
4. На основании полученных результатов (при необходимости) предложить возможные пути совершенствования рецептуры и технологии.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

За время своего существования украинская кухня прошла долгий и интересный путь от простых до сложносоставных блюд с весьма интересными способами приготовления. Постепенно развиваясь, находясь в тесном соседстве с другими народами с их кулинарными пристрастиями, украинцы создали свой неповторимый набор продуктов и свои способы их приготовления. Ещё в XI–XII вв. была завезена из Азии гречиха, из которой стали делать крупы и муку, всевозможные блинчики, оладушки, начинку и гарнир, всяческие размазни, квашни и прочие кушанья. С XV–XVI вв. бурно развивается торговля внутри страны и с соседними государствами. Из Средней Азии была привезена шелковица и арбузы. Из Америки – картофель, кукуруза, фасоль и тыква. Так, постепенно обогащая свой стол за счёт торговых связей, формировалась кухня с уникальными, непохожими на соседские блюдами и напитками и со своими способами обработки.

Украинская кухня всегда отличалась чрезвычайной практичностью. Еда готовилась в одной печи и часто завтрак, обед и ужин готовились сразу, сохраняясь и «доходя» в тёплой печке. Борщ, каша, вареники и картошка – овощная основа украинского стола. Эти блюда сбалансированы и богаты витаминами за счёт особенностей приготовления в печи, в которой сохраняются витамины и микроэлементы.

История украинской печи берёт начало в глубокой древности. Так называемое «кострище закрытого типа», или варится по-украински, – предок печи, которая в устройстве схожа с печами других славянских народов. Именно печь сформировала основные приёмы приготовления пищи: варка, тушение и запекание. При такой тепловой обработке в продуктах сохраняется всё самое полезное и не образуется вредных канцерогенов, как при жарении или копчении.

Толстые стены печи долго сохраняют тепло, продукты «томятся» долгое время, тепло идёт со всех сторон, в результате чего блюдо готовится медленно и равномерно.

Центральное место украинского рациона занимает хлеб. Его пекут из ржаной и пшеничной муки, которая, как известно, содержит до 20–24 % белка, необходимые человеку аминокислоты, почти 2 % жира, более 60% крахмала и около 2 % клетчатки. Всё это богатство готовится с использованием кислой закваски и выпекается в традиционной печи. Кроме кислого, существует и пресный хлеб, которого в украинской кухне несколько видов. Из пресного теста, например, делают галушки. В кондитерских изделиях чаще всего используют песочное тесто. Из пшеницы, ржи и гречки делают крупы разного помола, из которых варят каши и кутю. Кутя – это каша, которая готовится в основном на поминках, на Рождество, Новый год и Крещение. Эта каша варится из целых зёрен пшеницы, иногда ячменя, с добавлением изюма и орехов и поливается мёдом. Обычно кутю едят в начале трапезы, носят на кладбище и в церковь. К куте подаётся нежирное молоко с миндалём, маком или орехами.

Традиционными приправами в украинской кухне были те, что росли рядом или были наиболее доступными: хрен, лук, укроп, тмин, мята, анис, перец. Из семян подсолнечника и кукурузы давили масло. Из яблочного сока готовили уксус.

Украинская кухня подарила миру такое сложное блюдо, обогатившее общемировую кухню, как борщ, в состав которого входит до 20 компонентов. Для приготовления традиционного борща используется несколько кулинарных приёмов. В основе любого борща (а их в Украине множество видов) лежит создание наваристого бульона (юшки) и лёгкого обжаривания и пассерования овощной заправки перед тем, как их поместить в кастрюлю. Классический борщ готовится без мяса, но существует множество рецептов мясных борщей.

Не менее типичным украинским блюдом являются вареники. В чём-то их приготовление схоже с сибирскими пельменями или кавказскими мантами, но принципиальное отличие в том, что вместо фарша в варениках обычно используется растительная, овощная или ягодная начинка. Так, например, существуют вареники с вишней, картошкой, капустой или творогом.

Украинский народ вел многочисленные оборонительные войны с захватчиками с Кавказа или Азии, а также с турками, т. е. в большинстве с мусульманами, которые угоняли скот, отнимали и резали домашнюю птицу, но не трогали «нечистых» свиней. Это давало украинцам возможность выжить за счёт пищевых предпочтений своих врагов. Так, в Луцке даже существует памятник свинье, «выкормившей» в трудные годы украинский народ. Свинина в украинской кухне идёт на приготовление самых разнообразных блюд, её сочное и нежное мясо гораздо мягче говядины или баранины. Очень популярно среди украинцев свиное сало. Сало может быть самостоятельной едой – холодное солёное или копченое, и в виде шкварок, которые едят с хлебом, картошкой или добавляют в начинку пирогов. Салом шпигуют жаркое. Такие блюда, как тушеное мясо с картофелем, украинские битки, шпигованные чесноком, буженина, тушеная с капустой, крученики, не обходится без этого важного элемента укра-

инской кухни. Интересно, что баклажаны – истинно «басурманское» блюдо – не получили большого распространения в традиционной украинской кухне.

Издrevле на Украине преобладала варка и тушение над жаркой, соленье – над копчением. Как известно, основной способ термической обработки пищевых продуктов зависит от конструкции домашнего очага. В Украине это был очаг закрытого типа – вариста печь. Поэтому в Украине преимущественно готовили вареную, тушеную и печеную пищу.

Запекание – способ, при котором пищевые продукты запекают в печи или жарочном шкафу до готовности, добавляя соусы, молоко, яйца. Таким образом изготавливают каши, мясо, различные запеканки. Даже чумаки, которые возили соль из Крыма и Приазовья, и запорожские казаки в походах делали в земле временную печь и готовили в ней традиционные блюда: кулеш, кашу, размазную, галушки. Даже и дичи они преимущественно варили жидкую похлебку, а не жарили ее на вертеле.

Варка, отвары, «юха» или юшка – один из главных элементов украинской кухни. Насыщенные и густые мясные, рыбные, овощные и фруктовые отвары могут быть или основой для других блюд (например, для борща) или являются самостоятельными блюдами (кутья). Часто юшку готовят с добавлением гороха или крупы, которые, развариваясь, делают её густой и насыщенной, почти как каша.

Основными украинскими напитками с давних времен были мёды, квасы, пиво, виноградное вино, горилка (водка) и всевозможные настойки. Первое письменное упоминание кваса относится к 989 году, когда киевский князь Владимир обращал подданных в христианство. В летописи было записано: «Раздать пищу, мёд и квас». Рецептов кваса – великое множество. Этот популярный напиток, который хорошо утоляет жажду, содержит витамины В1 и Е, множество ценных ферментов и довольно легко готовится. Обычно для приготовления кваса требуются хлебные сухари и квасное сусло, которое каждая хозяйка берегает для последующих приготовлений напитка. Квас делают не только из хлеба. Его можно приготовить из ягод или овощей, впрочем, и в обычный хлебный квас часто добавляют для вкуса хрен, ягоды, яблоки, груши, мяту или облепиху.

Другой не менее древний и легендарный напиток – мёд или медовуха. Это общеславянский напиток, появившийся в дохристианский период, первоначально употреблялся в ритуальных целях. Чрезвычайно полезный, обладающий целебными свойствами мёд готовится из дрожжей и мёда с добавлением цветочной пыльцы, хмеля, пряностей, кореньев и ягод. Крепость мёда обычно 10–16 % об., вкус очень мягкий, без ощущения спирта, с явно выраженным медовым ароматом. Пить медовуху принято до еды, этот напиток является аперитивом, возбуждающим аппетит. Современная украинская кухня славится своими специфическими напитками, например, медовая водка с перцем, которая стала популярна не только у соседей – в России и Беларуси, но и в западной Европе.

Очень важной частью украинской кухни можно считать овощные блюда. Использование овощей вообще свойственно славянским кухням. Картофель, капуста, свёкла, кабачки, баклажаны, морковь, огурцы, помидоры, редис актив-

но используются как в составе различных сложносоставных блюд, так и в салатах и в виде гарниров ко вторым блюдам, значительно обогащая рацион витаминами и микроэлементами. А за счёт бережного способа приготовления овощи сохраняют свои полезные качества. Такие блюда, как тыквенная каша с манкой, тыква с подорожником, вареный картофель с чесноком, свёкла, тушеная в сметане, бабка картофельная с сыром, «драный» картофель, прочно вошли в современную украинскую кухню, обогатив её вкусовую палитру.

В XVIII в. в Украине появляется картофель, который очень сильно распространился и значительно повлиял на украинскую кухню в целом. Картофель варят, пекут, жарят, добавляют в супы и борщи. Из него же готовят и самостоятельные блюда, а также начинку к пирогам и вареникам. Картофель – это и прекрасный гарнир к рыбе или мясу. В современной украинской кухне ни одно первое блюдо не обходится без картофеля. Чисто украинским блюдом из картошки можно считать драники – картофельные оладьи. Картофелину трут на мелкой или крупной тёрке, «дерут», получая полоски тоньше спагетти, и жарят в растительном масле на раскаленной сковороде. На стол драники подаются посыпанные чесноком. Ещё одно интересное блюдо – лежни – своеобразный пирог с картошкой и тушёной капустой, луком и шкварками. Готовится он в печи или духовке единым пластом и только потом нарезается на порции. Лежни принято есть со сметаной.

Украинский стол немислим без фруктов. Яблоки, вишни, сливы, арбузы, клюква, брусника, малина, шелковица – лишь небольшой перечень фруктового стола. Из фруктов готовят компоты, добавляют их в салаты и каши, запекают и маринуют.

Ягодный стол Украины, возможно, даже богаче овощного. С древности ягоды были одним из самых доступных и в то же время полезных лакомств. Лесные и полевые ягоды собирали всё лето, сушили и потом использовали всю зиму, добавляя в каши, компоты и салаты. Из ягод и яблок варили повидло – типично украинский десерт, аналогами которого являются варенье в русской и джем или конфитюр – в европейской кухнях. Содержание сахара в готовом повидле должно быть не меньше 60 %. Особенностью приготовления украинского повидла является то, что сахар добавляется в конце варки фруктового пюре. От этого повидло приобретает светлый оттенок и сохраняет вкус и аромат ягод.

Первые блюда. Борщи. Непременной составной частью борща является свекла. Она дает ему основной вкус и окраску.

Как правило, борщи готовят на мясном, костном или смешанном мяско-костном бульоне. Правильно подготовленный бульон – основа хорошего борща. Бульон для борща обычно готовят из грудинки, реже из тонкого и толстого края или завитка. Кости всегда предварительно дробят вдоль, а хрящевые части разбирают. Продолжительность варки костей 4–6, мяса – 2–2,5 ч. После того как вода закипит, бульон продолжают варить на слабом огне. При варке мяско-костного бульона вначале варят кости, а потом, за два часа до окончания их варки, закладывают мясо и варят до готовности, после чего мясо вынимают из бульона и начинают приготавливать на бульоне овощную часть борща, куда вновь закладывают мясо лишь за 10–15 мин до полной готовности борща. К

концу варки в борще должно оставаться не более 1,5 стакана чистого бульона в расчете на порцию, поэтому воды в начале варки следует наливать, по крайней мере, вдвое больше, чем предполагается получить бульона.

Несколько слов о соотношении мяса в борщах. Говяжью грудинку и свинину обычно закладывают в пропорции 2:1 или 1:1. Кроме того, уже после окончания варки основного бульона в некоторые виды борщей иногда добавляют небольшие количества баранины, ветчины, сосисок, домашней колбасы в мелко нарезанном виде из расчета 1:4 по отношению к основному мясу борща.

Борщ может быть изготовлен также на гусином или курином бульоне (полтавский и одесский). В этом случае добавление другого мяса исключается.

Особенностью подготовки овощной части борща является предварительная раздельная обработка овощей. Свеклу, например, тушат всегда отдельно от других овощей. Предварительно ее сбрызгивают уксусом (или добавляют лимонной кислоты, лимонного сока), что необходимо для сохранения красного цвета, кладут в разогретый жир (сало, масло) и тушат до готовности. Иногда свеклу пекут или варят до полуготовности в кожуре и только затем очищают, режут и опускают в бульон.

Мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой морковь и петрушку пассеруют вместе 15 мин, при этом овощи должны быть покрыты жиром. Перед окончанием пассерования в овощи добавляют томат-пюре или мелко нарезанные помидоры и продолжают пассеровать до тех пор, пока жир не окрасится под цвет помидоров.

Очень важно последовательно закладывать овощи в бульон – в строгой зависимости от продолжительности варки их. Картофель закладывают за 30 мин до готовности борща, капусту – за 20, свеклу в подготовленном тушеном виде – за 15, пассерованные овощи (лук, морковь, петрушку) – за 15, пряности – за 5–8, чеснок (отдельно от остальных пряностей) – за 2 мин.

Основной вид жира, используемого для борщей, – свиное сало. Его толкут или растирают в ступке с чесноком, луком и зеленью петрушки до образования гладкой массы и заправляют ею борщ за 2–3 мин до готовности.

Большинство борщей для придания им своеобразного кисловатого вкуса готовят не только на воде, а на квасе-сировце, на соке квашеной свеклы и на свекольной закваске (настоях), добавляя их в основном после варки мяса в готовый бульон, стараясь не подвергать длительному кипению.

Доведенный до готовности борщ ставят на очень слабый огонь газовой плиты или просто сдвигают на край обычной плиты, чтобы он не очень остыл, и дают настояться еще 20 мин, после чего подают на стол.

Таким образом, приготовление борща отнимает минимум 3 ч, а при варке на костном бульоне – даже 5–6 ч. Различные варианты борщей чаще всего носят название местности, в которой они появились: борщ киевский, полтавский, львовский, волынский, черниговский, галицкий и др. В чем же заключается разница между ними? Во-первых, в характере бульона: костный, мясной, мяско-костный, из различных сортов и сочетаний мяса (говядина, свинина, домашняя птица), во-вторых, в способе тепловой обработки свеклы (тушеная, печеная, полусваренная). Кроме того, набор овощей для борща может быть различным.

Обязательными овощами в борще, помимо свеклы, являются капуста, морковь, картофель, петрушка, лук, помидоры, дополнительными – фасоль, яблоки (кислые, лучше всего зеленые), кабачки, репа. Овощи в борщ режут соломкой, за исключением кабачков и картофеля, нарезаемых соответственно кубиками и крупными кусочками. Фасоль отваривают предварительно отдельно, так как она варится долго – более часа – и заправляют ею борщ за 15 мин до готовности. Репу пассеруют с морковью. Яблоки и кабачки не пассеруют, их закладывают после остальных овощей как наиболее скороваркие, но не позднее чем за 10 мин до готовности.

Наконец, некоторые виды борщей заправляют еще поджаренной мукой для придания жидкости борща более густой консистенции. Однако это не обязательно и даже нежелательно для хорошей кухни, так как может испортить при неумелом поджаривании аромат борща. В то же время заправка борща сметаной после подачи на стол обязательна.

В представленных здесь нескольких рецептах борщей указаны примерные нормы и ассортимент используемых продуктов. Количество бульона в готовом борще везде составляет 1,5–1,75 л. Это значит, что надо брать 3 л воды первоначально.

Вареники – одно из самых специфических украинских блюд – ныне известны в нашей стране везде. Приготовление их в целом несложно, они представляют собой бездрожжевое тесто, начиненное каким-нибудь фаршем. Однако по-настоящему вкусные вареники можно приготовить, только тщательно соблюдая все детали технологии.

Приготовление теста. Тесто для вареников получают из муки (из пшеничной или из пшеничной пополам с гречневой), яиц, воды и соли. При этом воду берут как можно более холодную, ледяную (летом в городских условиях можно охладить ее в холодильнике), так как это способствует меньшему высыханию теста во время изготовления вареников и повышает его клеящие свойства. Мука должна быть как можно более тонкого помола и не слишком сухой, чтобы вареники не разваривались. На три стакана пшеничной муки берут от 0,5 до 0,75 стакана воды, 2 яйца и 0,5 ч. ложки соли. Месят тесто средней густоты, чтобы удобней было раскатывать его в пласт толщиной 1–1,5 мм (для вареников с вишнями вдвое толще). Пласт режут на квадраты размером 5 x 5 см (из них получают треугольные вареники, складывая противоположные углы квадрата) или вырезают тонким стаканом круги (из них лепят полукруглые вареники). Последний способ менее удобен, так как отходы теста быстро сохнут и их трудно использовать для вареников.

Начинку для вареников укладывают точно в центре каждого квадратика или кружка теста, причем не более 1 ч. ложки, чтобы вареник не переполнялся и тесто не слишком натягивалось. Места соединения (шов) надо стараться делать не толще остального теста вареников, иначе они плохо провариваются, будут толсты и, главное, грубы на вкус.

Варка вареников. Подготовленные вареники варят в большом количестве кипящей подсоленной воды, чтобы им не было тесно. Воду подсаливают из расчета 1 ч. ложка соли на три стакана воды. Через 8–10 мин (в зависимости от

начинки) готовые вареники должны всплыть на поверхность, после чего их вынимают шумовкой, перекалывают в кастрюлю, поливают разогретым сливочным маслом, чтобы они не слипались. При подаче на стол вареники, кроме того, обливают сметаной, за исключением вареников с вишнями, маком, яблоками и сливами, которые подают либо в особом сиропе (см. рецепт ниже), либо в меду. Подают вареники очень горячими, так как даже чуть остывнув, они становятся невкусными.

Самыми распространенными видами вареников, особенно типичными для всех областей Украины, являются вареники с вишнями и творогом. Однако украинская кухня знает и вареники с печенкой, картофелем, капустой, фасолью, грибами, а из сладких – с маком, яблоками, черносливом, сливами. Ниже, в рецептах вареников, приведены лишь способы приготовления начинок для них.

Украинские народные кондитерские изделия, используемые как третьи блюда, весьма незатейливы. Как правило, это сделанные на скорую руку мучные изделия с большим количеством яиц и жиров, т. е. преимущественно состоящие из песочного теста. Для придания сладости их сдабривают уже после изготовления либо сахарной пудрой, либо повидлом, либо подливкой из меда в сочетании с маком или маковым молоком – характерным компонентом украинских лакомств. Широко известны вергуны, а также шулики и коржики. Разрыхлителем в этих изделиях всегда является сода или алкоголь, а не дрожжи.

Самостоятельным третьим блюдом могут служить соложеники – полумучное-полуяичное блюдо, приготовляемое без всякого разрыхлителя.

Вергуны – излюбленные украинские кондитерские изделия из бездрожжевого теста, типа хвороста, куда входят мука, масло, яйца, сахар и в качестве обязательной добавки спирт (ром, коньяк, водка) или, в крайнем случае, уксус (иногда уксус сопутствует алкоголю). Как заменитель масла, а чаще как добавочный компонент к вергунам примешивается очень малое количество молочных продуктов – молока, сметаны или сливок.

От хвороста, приготовляемого в России, вергуны отличаются гораздо большим содержанием яиц, меньшим содержанием сахара и тем, что жарят их только на смальце.

Соложеники – это сладкие блюда, которые лишь условно можно отнести к мучным. Скорее всего, их можно назвать яичными, поскольку яйца наряду со сливками преобладают над мукой в количественном отношении.

Принцип приготовления соложеников несложен. Яичные желтки, сливки, сахар и масло (если оно входит в рецепт), а также пряности растирают в массу, которую затем смешивают с мукой или ее заменителем в жидкое, льющееся тесто. Для еще большего разжижения к нему в последний момент перед выпечкой добавляют небольшое количество взбитых белков. Из этого теста выпекают на сковороде несколько блинчиков, которые начиняют или переслаивают сладким наполнителем – вареньем, яблоками, маком, а затем обливают взбитыми белками и запекают в духовке. Иногда блинчики отдельно не выпекают, а все компоненты замешивают в однородную массу, которую затем заливают белками и выпекают в духовке.

Для украинской кухни характерны также изделия из заварного теста, преимущественно бездрожжевого. Приготовление заварного теста требует известной сноровки и навыка. Оно состоит из двух стадий: заварки муки и замешивания теста. Чтобы правильно заварить муку, в посуду наливают точно указанное в рецепте количество воды и кипятят ее вместе с солью, маслом и сахаром. В этот кипяток всыпают всю муку одновременно и быстро размешивают ее обычно в течение 1–2 мин (если в рецепте не оговорено иное время), стараясь, чтобы она не прилипла к краям кастрюли, и не допуская образования комочков в тесте. Заваренную таким образом муку снимают с огня, дают остыть до 70–60 °С (не менее) и, непрерывно помешивая, добавляют в несколько приемов яйца (не менее 5–6), обычно вначале одни желтки, а затем отдельно взбитые белки, если рецептом не предусмотрен иной порядок. Все искусство состоит в том, чтобы тесто не было заварено и замешано слишком круто или слишком жидко.

Крутое тесто плохо подходит, а жидкое – расплзается в печи, «садится». Приготовленное заварное тесто ложкой или с помощью кондитерского мешка выкладывают, вернее выливают на лист небольшими порциями разной формы, после чего выпекают в духовке или же обжаривают в жире (фритюре). Состав заварного теста в разных изделиях меняется, но технология приготовления остается той же.

Киевский торт появился на фабрике им. Карла Маркса (сегодня – Киевская кондитерская фабрика Roshen) в 1956 г.

«Кондитеры целенаправленно трудились над изобретением необычного рецепта. А найти его удалось в 1956 г. Запатентовали изобретение в 1973 г. Тогда госкомитет Совмина по делам изобретений и открытий выдал кондитерам фабрики им. Карла Маркса Курило Анне и Фастовец-Калиновской Галине авторское свидетельство», – рассказали нам кондитеры фабрики.

В разные годы некоторые ингредиенты торта менялись. Например, сегодня в состав торта входит орех фундук, когда-то – кешью, но орехово-белковые коржи, которые делают торт таким воздушным и хрустящим, и по сей день производятся по рецептуре 1956 г., которую держат в строжайшем секрете.

Несмотря на промышленные масштабы, сейчас производство «Киевского» торта работает по принципу «французской булочной» – днем выпекают орехово-белковые заготовки, а ночью и до 7 ч утра специальные бригады оформляют торты кремом.

«Когда-то у каждого кондитера был свой «кремовый почерк», но сегодня узор на торте унифицирован, это, кстати, защита от подделок», – говорят на фабрике.

Наиболее распространенным третьим блюдом на Украине являются узвары – род компота из сушеных или свежих фруктов. Узвар значительно гуще, концентрированнее обычных компотов. Для приготовления его используют яблоки, груши, сливу, вишню (как сушеные, так и свежие), изюм, чернослив (только сушеные), чернику, клубнику и малину (только свежие).

Чаще всего узвары готовят только из одного вида фруктов или ягод с добавлением изюма. Таковы, например, узвары яблочный, грушевый, сливовый,

вишневый, черничный. Классический набор фруктов и ягод для сборного узвара – сухие яблоки, груши, вишня, чернослив и изюм или же свежие яблоки, груши, слива, вишня и изюм.

Для получения вкусного и ароматного узвара очень важна предварительная подготовка фруктов и ягод. Сухофрукты должны быть самым тщательным образом перебраны и промыты в холодной и теплой воде, свежие – только в холодной. Не менее важно соблюдать правильное соотношение воды, фруктов и сахара. На 1,25 л (шесть стаканов) воды берут не менее 500 г свежих фруктов или 300–400 г сухих, от 0,75 до одного стакана сахара и 1 ст. ложку меда. В старинных узварах мед вообще полностью заменял сахар.

Из пряностей в узвар употребляют гвоздику, корицу и цедру. На указанное количество воды берут 3–4 бутончика гвоздики, 0,5 ч. ложки корицы, 1 ч. ложку цедры, а также 0,5 ч. ложки лимонной кислоты или половинку свежего лимона (сок и цедра), который закладывают в самом конце варки, перед снятием с огня, причем сок выжимают, а с оставшейся кожуры снимают цедру и измельчают. Кроме узваров из свежих ягод (клубники, малины и вишни) готовят еще ягодные холодцы из тех же ягод, а также виноградного или фруктового вина и фруктовые бабки, в которых одно какое-либо фруктовое пюре сочетается с яйцами, мукой, сахаром и пряностями (вся эта масса выпекается в духовке).

ЗАДАНИЕ И ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ

(выполняется группами по четыре-пять человек)

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты украинских национальных блюд: борщ украинский с мясом, вергунны, соложеники яблочные.

2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.

3. Приготовить национальные русские блюда – кулебяка и блины с припеком.

Борщ украинский с мясом (Сб., 2002 № 278)

Рецептура на 1 л. Время приготовления – 90 мин

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Грудинка свиная	220	162
Свекла	150	120
Свежая капуста	100	80
Картофель	213	160
Морковь	50	40
Корень петрушки	21	16
Перец сладкий	27	20
Лук репчатый	36	30
Чеснок дольки	4	3
Томатное пюре	30	30

Пшеничная мука	6	6
Жир	20	20
Сало	10,4	10
Сахар	10	10
Уксус (3%-ный)	10	10
Черный перец	2	2
Душистый перец	2	2
Лавровый лист	2	2
Соль	5	5
Бульон	700	700
Выход	–	1000

Пампушки с чесноком пшеничные на одну порцию (Сб., 2002 № 279)

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Пшеничная мука	80	80
Дрожжи	2,5	2,5
Вода	35	35
Сахар	5	5
Масло растительное	2	2
Яйца (для смазки)	1/20 шт.	2
Соус		
Чеснок	3	2
Масло растительное	5	5
Соль	1	1
Вода	25	25
Выход	–	100/30

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

В кипящий костный бульон кладут мясо, варят его до готовности, вынимают и нарезают на порции. Свеклу шинкуют соломкой, солят, сбрызгивают уксусом, перемешивают и тушат с добавлением жира из мясного бульона, томатного пюре и сахара до полуготовности. Коренья, морковь и лук шинкуют соломкой и слегка поджаривают с жиром. В процеженный бульон вводят нарезанный кусочками картофель, доводят до кипения, добавляют нарезанную соломкой свежую капусту и варят 10–15 мин, затем закладывают тушеную свеклу, поджаренные коренья и лук, сладкий перец, слегка поджаренную муку, разбавленную бульоном и кипятят 5 мин, после чего заправляют борщ салом, толченым с чесноком, лавровый лист, перец, душистый перец доводят до кипения и дают настояться в течение 20–25 мин. При подаче супа в тарелку кладут кусочки вареного мяса, можно добавит сметану и зелень петрушки.

Пампушки

Для приготовления пампушек готовят тесто. В теплой воде разводят сахар, дрожжи, всыпают муку и замешивают тесто, формируют шарики массой 30 г, укладывают их на смазанный маслом противень и оставляют для расстойки. Затем изделия смазывают яйцом и выпекают 7–8 мин.

При подаче пампушки поливают соусом. Для его приготовления чеснок растирают с солью, соединяют с растительным маслом и холодной кипячёной водой.



Рисунок 5 – Борщ с пампушками

Вергуны

Рецептура. Время приготовления – 40 мин

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Пшеничная мука	50	500
Яйцо куриное	3 шт.	120
Сахар	100	100
Масло сливочное	100	100
Сметана	60	60
Соль	10	10
Сода	10	10
Уксус (3%-ный)	10	10
Водка	40	40
Жир кулинарный	600	600
Сахарная пудра	50	50
Ванилин	0,5	0,5
Выход	-	100

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Тесто для вергунов делают крутое в следующем порядке: на доске растереть масло с мукой и водой, сделать углубление и туда положить яйцо, сахар,

сметану, соду, гашеную уксусом, соль, влить водку, замесить тесто, тонко раскатать в пласт толщиной не более 2–3 мм. Затем нарезать полосками шириной 2,5 и длиной 10–12 см. Посредине каждой полоски сделать ножом разрез длиной в 3 см, протянуть сквозь него один конец полоски, выровнять и сразу жарить в большом количестве топленого масла, переворачивая на обе стороны. Когда вергуны зарумянятся, положить их на тарелку, посыпать сахарной пудрой и ванилином.

Едят как горячими, так и холодными.



Рисунок 6 – Вергуны

Соложеник яблочный

Рецептура на одну порцию. Время приготовления – 40 мин

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Яблоки	72,5	63
Пшеничная мука	26	26
Яйца	1 ¼ шт.	50
Сахар	25	25
Сливки 20%-ные	25	25
Масло сливочное	25	25
Цедра лимона	1	1
Жир	10	10
Выход	–	200

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Желтки, сливки, сахар, масло, а также пряности растереть в массу, которую затем смешать с мукой в жидкое, льющееся тесто. Для большего разжижения к нему в последний момент перед выпечкой добавить небольшое количество взбитых белков. Выпечь четыре одинаковых блина. Яблоки очистить от кожуры, нарезать соломкой, обжарить в масле и тушить до мягкости. Подготовлен-

ными яблоками начинить блины, свернуть их в трубки, положить две трубки одна на другую на сковороде, залить взбитыми белками и запечь в духовке со слабым нагревом.



Рисунок 7 – Соложенники с яблоками

Киевский торт [8]

Полуфабрикаты в г:

полуфабрикат воздушно-ореховый № 22	– 4200,0
крем «Шарлотт» № 39	– 3658,0
крем «Шарлотт» шоколадный № 45	– 1751,0
коньяк в крем	– 51,0
фрукты в сиропе	– 340,0

Выход

– 10000

Масса 0,5 и 1,0 кг

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья на полуфабрикаты, г				Расход сырья на 10 кг готовой продукции, г
	полуфабрикат воздушно-ореховый № 22	крем «Шарлотт» № 39	крем «Шарлотт» шоколадный № 45	сироп «Шарлотт» № 40	в натуре
Мука пшеничная высшего сорта	450,0				450,0
Сахар-песок	2365,0			2078,0	4443,0
Белки яичные	2035,0				2035,0
Ядра орехов дробленые (жареные)	1446,0				1446,0
Пудра ванильная	11,6	15,4	2,6		29,6
Масло сливочное		1587,0	688,0		2275,0
Коньяк или вино десертное		6,2			6,2

Яйца				369,0	369,0
Молоко				1385,0	1385,0
Какао-порошок		87,0			87,0
Коньяк			2,8		2,8
Итого сырья на полуфабрикаты	6307,6	1603,6	730,4	3832,0	–
Сироп «Шарлотт» № 40	–	2283,0	1058,0	–	–
Итого сырья и полуфабриката	–	3841,6	1838,4	–	–
Выход полуфабрикатов	4316,0	3759,0	1799,0	3291,0	–
Коньяк в крем	–	–	–	–	52,2
Фрукты в сиропе	–	–	–	–	349,0
Итого сырья	–	–	–	–	12929,8
Выход полуфабрикатов в готовой продукции	4200,0	3658,0	1751,0	–	–
Выход готовой продукции	–	–	–	–	10000,0

Два слоя воздушно-орехового полуфабриката соединены кремом «Шарлотт» с добавлением коньяка. Поверхность отделана кремами «Шарлотт», «Шарлотт» шоколадным и фруктами. Боковые поверхности обсыпаны крошкой воздушно-орехового полуфабриката.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Коржи. Фундук (кешью) нужно поджарить и мелко порубить, смешать с мукой и сахаром (75 % от общего количества в рецептуре). Белки взбить в пышную пену, добавить 25 % сахара и ванильный сахар и взбить до крутых пиков. В белки всыпать смесь муки, сахара и орехов и аккуратно смешать.

Разделить «тесто» на части и выложить в формы, застеленные промасленным сливочным маслом пергаментом (формы должны быть разными по размерам, один корж 20, второй 23 см).

Выпекать при температуре 140 °С 2 ч. Коржи должны получиться кремового цвета. Готовые коржи оставьте на 24 ч, чтобы упрочнить структуру коржей, и только затем можно отделать пергамент.

Крем «Шарлотт». Сливочное масло размягчить до комнатной температуры. Для приготовления крема смешать молоко и яйцо, тщательно перемешать (если плохо смешать молоко и яйцо, при добавлении сахара белок может свернуться). Всыпать сахар, поставить на плиту и довести до кипения. Варить 4–5 мин, постоянно помешивая, пока крем не станет тягучим. Когда он готов, то по вкусу и консистенции должен напоминать сгущенку. Слить в миску готовый крем, накрыть пищевой пленкой и оставить остывать. Размягченное масло

взбить с ванильным сахаром. По столовой ложке добавлять охлажденный крем, продолжая взбивать. Отделить 200 г крема и добавить какао, а в оставшийся белый крем – коньяк. Взбить оба крема миксером.

Большой корж положить на лист пергаментной бумаги и смазать 2/3 белого крема и накрыть вторым коржом. Выступы первого коржа аккуратно срежьте ножом пилящими движениями и измельчить обрезки в крошку.

Бока уже ровного торта смазать коричневым кремом и присыпать крошкой от коржей и измельченными орехами. Оставшуюся 1/3 часть белого крема использовать для украшения.



Рисунок 8 – Киевский торт

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Особенности формирования украинской кухни.
2. Основные технологические приемы приготовления пищи в Украине.
3. Борщи. Ассортимент, сырье, технология приготовления, способы подачи.
4. Вареники. Ассортимент. Технология приготовления теста, начинок.
5. Сладкие мучные изделия – украинские народные лакомства. Ассортимент, сырье, технология, способы подачи.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА № 3

ТЕХНОЛОГИЯ ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД БЕЛОРУССКОЙ КУХНИ.

ОСОБЕННОСТИ ОФОРМЛЕНИЯ И ПОДАЧИ

Цель: получение практических умений и навыков приготовления блюд белорусской кухни.

План проведения лабораторной работы:

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты белорусских национальных блюд.
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные блюда белорусской кухни. В процессе приготовления провести контроль технологического процесса производства.
4. На основании полученных результатов (при необходимости) предложить возможные пути совершенствования рецептуры и технологии.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Традиционная культура питания – одна из самых богатых частей национальной культуры белорусов. Она включает широкое содержание. Это не только блюда, которые готовят, но и способы, и приемы их приготовления, трапезы, застольный этикет, обычаи, связанные с приготовлением и употреблением пищи, предметы домашней утвари и т. д.

Белорусская кухня имеет многовековую очень богатую и интересную историю, которая сформировалась под воздействием двух основных факторов:

- активное земледелие и широкое использование местных продуктов;
- влияние соседних стран и переселенцев.

Со времен Великого княжества Литовского в национальной кулинарии тесно переплелись славянские, балтийские, еврейские, а отчасти и немецкие корни.

Поэтому белорусская кухня – одна из самых разнообразных на континенте. Она сходна с кухнями вышеперечисленных народов, но по-своему уникальна, необычайно сытна и вкусна.

Национальные различия также переплетались в белорусской кухне с религиозными и сословными. В результате основой современной белорусской кухни стала кухня сельского населения, сложившаяся под влиянием как русской, так и западной (польской, литовской) кулинарной традиции, но получившей белорусскую обработку.

В старину свои гастрономические традиции были у каждого сословия, благодаря чему в белорусской кухне появились целые направления: крестьянская и мещанская, шляхетская и магнатская кухни.

В белорусских блюдах широко использовались местные продукты:

- овощи и зелень (капуста, репа, свекла, морковь, брюква, пастернак, тыква, картофель, огурцы, лук и чеснок, щавель, крапива, лебеда, корни заячьей капусты);

- бобовые (бобы, горох, чечевица, фасоль);

- грибы (соленые, сушеные, в порошке);

- фрукты и ягоды (яблоки, груши, сливы, вишни, смородина, черника, голубика, брусника, малина, рябина, калина, шиповник);

- специи и приправы (тмин, кориандр, льняное семя, хрен, аир, горчица, можжевельник, вишневые и дубовые листья);

- злаки (рожь, ячмень, овес, гречка), из которых делали различные виды «черной муки» – овсяной, ржаной, ячменной, гречневой и гороховой, причем для хлеба в Белоруссии шла ржаная мука, а для всех других мучных изделий – овсяная.

Преимущественное использование овсяной муки в прошлом и незнание дрожжей привели к тому, что белорусской кухне не известны фактически ни блины, ни пироги – этому препятствовали свойства овсяной муки (а также принятая в Белоруссии ее подготовка и обработка путем самозакисания). Вот почему белорусские «блины», так называемые расчинные, приготовленные из овсяной муки, совершенно не похожи на русские, их делают непосредственно из расчина, т. е. из раствора муки с водой, самопроизвольно закисшего.

Другой особенностью использования муки является весьма частое смешивание различных видов муки, подмес к какому-либо основному виду муки (ржаной, овсяной) – ячменной, гречневой или пшеничной, гороховой.

Главное в традиционных национальных белорусских блюдах – не особый состав продуктов, а процесс их обработки. Применялись два диаметрально противоположных приема: либо использование крупных, неделимых масс – запекание целой ноги, целой рыбыны и т. п., либо, наоборот, измельчение, растирание продукта, превращение его в однородную массу. Последний прием был заимствован из польской кухни, именно он получил наибольшее развитие.

Сложившаяся традиция готовить одно общее блюдо, обладающее качествами и второго, и первого одновременно, наложила отпечаток на излюбленные кулинарные приемы тепловой обработки – запекание, продолжительную варку, распаривание и томление продуктов.

Разваренность, бесформенность блюда признавались идеалом; традиционную полужидкую-полугустую консистенцию имеют такие блюда, как бигос, мочанка, а также полусладкие блюда солодуха и кулага. Распространен был также способ искусственного загущения блюда, когда в него добавляли муку, крахмал – так называемые заколоты.

Первые сведения о питании белорусов можно найти еще в XVI в. в так называемых инвентарях – описаниях имущества землевладельцев, где перечисляются продукты, хранящиеся в кладовых. В XVII в. в Речи Посполитой, в состав которой входила Беларусь, появились книги с кулинарными рецептами на польском языке, например, «Compendium ferculorum» Ст. Чернецкого (1682). XIX в. стал временем популяризации белорусской национальной кухни. Наибо-

лее известные издания этого периода – «Gospodyni litewska...» Г. Тюндзевицкой (1848) и «Kucharka litewska...» В. Завадской (1874).

На протяжении многих столетий основным продуктом питания у белорусов был ржаной хлеб. Им начинался и заканчивался завтрак, обед и ужин. Он сопровождал крестьянина в поле. С хлебом и солью встречали и провожали дорогих гостей, с ним шли в сваты, делали свадьбу, крестины. Во всех случаях хлеб служил залогом счастья и благословения. «Хлеб в доме – хозяин, на работе – друг, в дороге – товарищ», – говорили о нем белорусы.

У белорусов сформировалось определенное отношение к хлебу. С ним связан ряд народных примет и поверий. Считалось большим грехом уронить на пол крошку хлеба. Если же случайно происходило, что падал кусочек, то его подымали и целовали, перед тем, как положить в рот. Крошить хлеб также запрещалось: кто так делает, тот никогда не будет иметь хлеба. По хлебу предсказывали судьбу членов семьи. Если буханка в печи развалится на две половины, это не к добру: в том же году умрет хозяин или хозяйка. При выпечке хлеба на первой сделанной из теста булке делали крестик, а кушали ее всегда последней. Нежелательно было начинать новую булку вечером, считалось, что в таком случае пропадет богатство. Верили, что если обнести хлебом вокруг здания, которое горит, то огонь не будет дальше распространяться. С детства у белорусов воспитывали уважение и любовь к хлебу как к самому главному богатству. Белорусские этнографы XIX в. приводят интересные примеры бережного отношения к хлебу. Так, даже во время драки между собой мальчишки откладывали в сторону хлеб, и только выяснив отношения, брали его снова и доедали.

Крестьянину не всегда удавалось употреблять чистый хлеб, который пекли только из чистой муки. Частые неурожаи, стихийные бедствия, бедность вынуждали использовать в пищу различные его суррогаты. Древнебелорусские летописи отражают множество трагических событий, вызванных неурожаями. Так, например, в Баркулабовской летописи сообщается о хлебных неурожаях на Могилевщине: «жито велми было неумолотно; а коли муку житную у хлебе спекут, то тесто печеное солодно, а за скорину хотя ложи плоди, а в печи не печется». У белорусов, кроме чистого хлеба, известен также градовый, пушной, половый, картофельный, мякинный. Градовый хлеб, или градовка, выпекался из непросеянной ржаной муки. Если жито совсем не просеивалось, а только после молотбы выбрасывалась мелкая солома, пустые колосья, мусор, то мука из такой ржи шла на приготовление пушного хлеба. Его еще называли пушника (пушок), иногда в шутку добавляя слово «святая». Половый хлеб, или половушку, выпекали из двух частей, одной из которых было жито, а другой – ячмень, овес, гречка, пшеница, взятые в отдельности или смешанные в определенных пропорциях. Такой хлеб, по свидетельству местных жителей, быстро приедался. Употребление его свидетельствовало про хлебный неурожай, однако половой хлеб на Витебщине, как пишет Н. Анимелле, был достаточно употребимым и распространенным. В годы плохого урожая зерновых выпекали картофельный хлеб из ржаной муки и толченого или на терке натаркованного сырого очищенного картофеля. Если он был свежим, то отличался хорошими вкусовыми качествами и его с удовольствием употребляла даже местная шляхта.

Однако картофельный хлеб очень быстро черствел и утрачивал свой вкус. В зажиточных семьях пекли ситный хлеб из ржаной муки, просеянной на сито. В среде белорусской шляхты пекли сакавицкий хлеб из молотого ржаного солода.

Во все времена хлеб символизировал благополучие, хлебосољство, гостеприимство. На столе в доме должна лежать буханка хлеба, накрытая рушником, которая встречала и приветствовала гостей. С давних времен приготовление хлеба было привилегией женской половины семьи. Женщина, которая пекла хлеб, пользовалась уважением родных, соседей, односельчан. Пекли хлеб обычно раз в неделю, однако это в большей степени зависело от количества членов семьи. Нельзя было готовить хлеб по большим праздникам и в воскресенье. Тесто замешивали на воде в деревянной деже, и ставили его на ночь в теплое место. В качестве закваски использовали опару – немного теста, оставленного на дне дежи от предыдущей выпечки. Утром тесто вымешивали, добавляли муку, потом снова оставляли в деже на 1,5–2 ч, чтобы оно поднялось. Затем брали тесто для одной булки и, приглаживая его руками, придавали ему овальную или круглую форму. Подготовленные булки клали на деревянную лопату, посыпанную мукой, мякиной или устланную листьями капусты, клена, дуба, аира или хрена, и выпекали 1–2 ч в протопленной березовыми дровами печи. Готовый хлеб очищали от листьев; верхнюю корочку смачивали водой, чтобы она стала мягкой. В народной традиции хлеб использовался в качестве оберега: его брали с собой в дорогу, чтобы он охранял в пути; клали на место, где лежал покойник, чтобы хлеб победил смерть. При выборе места для будущего дома по углам нижнего венца на ночь оставляли кусочки хлеба: если они до утра исчезали, место считалось ненадежным и строительство дома перемещали на другое место. Хлебу посвящены многочисленные присказки, пословицы, песни.

Широко распространенными в XIX в. были блины, известные на территории Беларуси с более древних времен. Их вкусовые качества во многом зависели от кулинарного мастерства, местных традиций, сорта муки. Известный белорусский этнограф Н. Я. Никифоровский отмечал, что по роду блинов местный житель мог определить положение и благополучие семьи. Так, например, если в доме пекли ржаные блины, это говорило о том, что здесь ожидают приезда близких родственников, если же пекли ячменные блины – верная примета того, что вчера выпекали какие-нибудь другие, пшеничные блины пекли на поминки, гречневые – на Масленицу, овсяные, что были приготовленные с вечера, указывали на обычное течение семейной жизни, а если они приготовлены утром с постного теста, то это указывало на неожиданность, болезнь, отсутствие кого-то в доме.

Мучные изделия в виде колец, которые готовились из заварного теста, называли баранками. Родиной баранка считается г. Сморгонь, что в Гродненской области. С овсяной муки готовили кисель. Жидкий овсяный кисель с кислым привкусом называли «жур». Его ели теплым, добавляя масло, сметану. Сырая цежа использовалась в народной медицине как средство от глистов. Из разных видов муки готовили болтуху и колотуху. Простым по технологии приготовления было толокно. Его делали из овса, который парили в горшках в до-

машней печи. Затем сушили, толкли в ступах, мололи в жерновах. Толокняную муку ели без дальнейшей обработки, замешивая на холодной чуть подсоленной воде, или приготавливали из нее густое тесто. Толокно активно употребляли в горячую сенокосную пору, так как оно утоляло жажду. Его использовали во время постов. На территории Беларуси толокно встречается также под названием милта. Любимым мучным блюдом была солодуха, которую готовили в Беларуси по-разному, но, как свидетельствуют источники, чаще всего из пророщенного солода. Очень вкусной она была, если в нее добавляли немного меда или сахара. Употребляли солодуху с отварным картофелем, а дети макали в нее хлеб или намазывали ею хлебные лусты. Применялась солодуха и в народной медицине, ею лечили, например, простудные заболевания. По технологии приготовления близкой к солодухе была кулага, но для ее приготовления использовали чаще всего бескосточковые ягоды – чернику, землянику, бруснику, малину, клюкву.

Одним из распространенных мучных блюд была затирка, что получила свое название от процесса, который использовали для ее приготовления: ржаную, пшеничную или гречневую муку затирали ложкой или руками в миске, подливая немного воды. Иногда в такое тесто добавляли яйцо. Полученные после затиранья рваные кусочки засыпали в кипяток и варили. После готовности затирку забеливали молоком или же заправляли маслом или салом.

Традиционным мучным блюдом были клецки. Их готовили из пшеничной, гречневой, ржаной, ячменной муки или два вида муки смешивали в различных сочетаниях. Сваренные клецки забеливали молоком или зашкваривали. Они использовались в качестве одного из обрядовых блюд на поминках. Другой вид клецок – с начинкой, «с душами». Для их приготовления в каждую катаную клецку помещали маленький кусочек сала. Из овсяной или гречневой муки готовили комы, которые делали в виде шариков величиной с куриное яйцо, бросали в кипяток, а затем после готовности заправляли молоком, растопленным салом или растительным маслом. Иногда их жаривали в печке до образования корочки. Распространенным у белорусов был кулеш, который по консистенции представлял собой жидковатое мучное блюдо.

Из ржаной муки в зажиточных семьях готовили десертное блюдо – толченики. В восточных районах Полесья из муки пекли лазанки, цыганки и др.

В традиционной белорусской кухне XIX – начала XX вв. значительное место занимают крупяные блюда. Крупы получали из ячменя, овса, пшеницы, гречки, конопли и других круп с помощью ступы с толкачом. Наиболее распространенным крупяным блюдом была каша, которая готовилась с древних времен и первоначально, видимо, из необработанного зерна. Кашу варили из гречневых, ячневых, просяных, овсяных и ржаных круп. Причем крупы могли использоваться целыми или, наоборот, измельченными (сечка, толокно и др.). Из круп готовили суп, который назывался крупеня или крупник. Крупяные блюда (груца, гуща, кутья) имели широкое обрядовое предназначение. Так, например, груцу готовили к Колядам, бабину кашу – на крестины, гущу – на Илью, кутью постную – на Рождество и т. д.

Поскольку основу хозяйства белорусов в XIX – начале XX вв. составляло земледелие, то продукты огородничества широко использовались в народной кулинарии. Блюда из овощей были широко распространены в пищевом рационе, причем из них готовили первые, вторые и даже третьи блюда (свекольный квас, например). Некоторые продукты (капуста, свекла) дали белорусской кухни блюда с одноименным названием («капуста»). Овощи широко использовались для приготовления сложных блюд, где в качестве компонентов использовались мясо, рыба, грибы, крупа, мука и т. д. Особенно расширился ассортимент блюд из овощей после культивации и активного использования в кулинарии картофеля в конце XIX в. Постепенно блюда из картофеля занимают одно из основных мест в питании белорусов.

Для XIX – начала XX века было характерно широкое распространение блюда капуста. Причем капустой называли вообще любое первое блюдо, в составе которого капуста могла занимать только некоторую часть. Капуста, как и хлеб, была наиболее употребляемым блюдом в крестьянской среде. «Без капусты животы пусты», – говорили о ней в народе. Если капусту готовили в скоромные дни, то ее заправляли салом, мясом, шкварками или просто жиром. В постные же дни – грибами, рыбой или конопляным маслом. Близкими к капусте по технологии приготовления были бураки – название борща. Из листьев и стеблей свеклы ранним летом варили жидкое блюдо под названием ботвинье. Из свежей зелени делали жидкий холодный суп – холодник. Готовили еще поливку или юшку. Суп варили также из морковки («морква») и брюквы («бручка» или «грыжанка»). Овощи тушили в закрытой посуде. Широкое использование в традиционной кулинарии имел мак, который каждая хозяйка выращивала на своем огороде. Перед употреблением его толкли в ступе или мололи, использовали для приготовления колядных блюд. С ним пекли пироги, ушки, посыпали булки, делали мачанку к голушкам. Из мака делали маковники. В качестве приправы к мясным блюдам (особенно на Пасхальном столе) употреблялся хрен.

Со второй половины XIX в. одним из основных продуктов питания становится картофель. Однако в первой половине XIX в. блюда из картофеля не имели широкого распространения. В этот период картофель только начинал употребляться, складывались и формировались кулинарные способы и приемы его приготовления. Блюда из картофеля не нашли применения в празднично-обрядовой культуре. Это можно объяснить относительно поздним укоренением картофельных блюд в систему питания белорусского этноса, когда основные элементы народной празднично-обрядовой культуры белорусов были уже сформированы.

Особенностью картофельных блюд белорусской кухни является, во-первых, преимущественное использование в них тёртого, а не целого картофеля, во-вторых, несколько способов приготовления тёртой картофельной массы и, в-третьих, применение обязательно комбинированной тепловой обработки. Целый картофель употребляют лишь в двух видах – отваренный в мундире (по-белорусски он называется солоники, так как его едят, густо посыпая солью) и тушёный.

Блюда из тушёного картофеля называются тушанкой или смажениками. Смаженики вкуснее и нежнее, потому что готовят их, как правило, только из молодого картофеля. На востоке Белоруссии, в Витебской области, это различие не соблюдают – там все блюда из тушёного картофеля называют тушанкой.

Виды картофельной массы, свойственные белорусской кулинарии, из которых получают большинство картофельных блюд: таркованная, клинкованная и варёно-толчёная картофельные массы и их комбинации с мукой, дрожжевым тестом, друг с другом и с содой.

Таркованная масса – это сырой картофель, натёртый на тёрке и не отжатый после этого, а используемый в дальнейшем приготовлении вместе с выделившимся соком.

Клинкованная масса – тёртый сырой картофель, тщательно, полностью отцеженный в клинке, т. е. в мешочке конусовидной формы из тонкого холста (полотна) или из тройного слоя марли. Клинковый мешочек рассчитан на 2–2,5 кг массы.

Варёно-толчёная масса – обычное пюре из отварного картофеля.

Таркованную массу чаще всего применяют в комбинации с варёно-толчёной или же с мукой, а также с дрожжевым тестом; к клинкованной массе, наоборот, чаще добавляют соду и небольшое количество муки.

Тепловая обработка масс включает обычно две, а иногда и три стадии – сначала лёгкое (первичное) отваривание или обжаривание, а иногда и то, и другое, затем тушение или томление уже отваренных (или обжаренных) изделий. В результате простые и в сущности совершенно одинаковые по исходному сырью картофельные блюда приобретают различный вкус, иногда заставляющий совершенно забыть их «картофельное происхождение».

Из таркованной и клинковой картофельной массы готовят драники, галушки, бабку, клецки, картофельные блины. Из отварного толченого картофеля делали комы, коржи, картофельную яичницу, картофляники, гульбишники (бульбишники), маканину.

Среди традиционных мясных продуктов в Беларуси основное место занимала свинина. Отмечая ее вкусовые качества, белорусы говорили: «Няма смачней рыбы, як лінінка, і мяса смачней, чым свінінка». Наиболее ценным считалось свиное сало. Мясо также солили и сохраняли к полевым работам. Очень вкусной была свиная колбаса. Для длительного хранения колбасы коптили или запекали в печи и затем складывали их в горшок и заливали растопленным жиром. Обычно колбаса появлялась только на праздничном столе: на Коляды, Пасху, свадьбу, крестины и т. д. Их использовали для приготовления традиционной белорусской верещаки. Толстые свиные кишки начиняли кровью с гречневой кашей, запекали на сковороде и подтушивали в печи. В некоторых регионах толстые кишки начиняли сырым таркованным картофелем со шкварками, зашивали и запекали в печке.

Для всей территории Беларуси характерен холодец, который варили из ног и голов животных и птиц. В восточной части Беларуси наиболее характерно название этого блюда холодное. Наиболее любимым у белорусов считался холодец из свиных ног и головы. Его готовили также из телятины, говядины, ис-

пользовали овечье и козье мясо. По свидетельству этнографа Н. Я. Никифоровского, на Витебщине самым лучшим считался гусиный студень.

Из мясных блюд для традиционной белорусской кулинарии характерно печисто: большие куски мяса, а иногда и целые тушки мелких животных и птицы, приготовленные целиком. Печисто может быть тушеным (в закрытой посуде), жареным (на открытой сковороде), а также отварным. Наиболее характерным и излюбленным способом приготовления печиста было тушение в закрытой посуде вместе с измельченным картофелем.

В лесных районах Беларуси пищевой рацион значительно дополнялся продуктами охоты. Среди добычи чаще всего встречались дикие утки, гуси, куропатки, тетерева, рябчики, а из зверей – зайцы, косули и дикие кабаны.

Кроме мяса и мясных продуктов, животноводство давало молоко, большинство продуктов из которого использовали как забелы, закрасы для различных блюд. В белорусской народной кулинарии употреблялось коровье молоко, а в некоторых регионах – молоко овец. Чаще употребляли кислое молоко. Его ели с хлебом, кашей, картофелем. Из молока делали творог, который использовали для приготовления молочной маканины. Из творога делали сыры. Сыворотку использовали для замешивания блинов и других мучных изделий; ее пили вместо воды, смешивали с творогом. Из скисшего молока собирали (снямали) сметану. Она употреблялась в пищу в качестве маканины для блинов, а также шла на приготовление масла, которое делали разными способами. Более древний – сбивание масла ложкой в горшке или макитры. В XIX в. получили распространение деревянные бойки (маслобойки). Масленка, которая получалась после сбивания масла, также использовалась в пищу. Ее пили, добавляли в кислые блюда, смешивали с творогом, получая маканину для мучных блюд.

В приозерных и прибрежных местах важным дополнением в повседневном меню белорусов была рыба. Ее употребляли вареную, печеную на огне или в посуде в крестьянской печи, вяленую на солнце, маринованную и соленую. В поминальные дни, а также во время поста готовили рыбный студень. Из мелкой рыбы делали рыбные клецки – галки.

Для белорусской народной кулинарии характерно широкое использование разных видов грибов. Грибы употребляли отварными, жареными, тушеными, солеными, маринованными. Чаще всего использовали сушеные грибы – боровики, подберезовики, рыжики и др. Они шли для заправки первых блюд (супов, капусты, юшки и т. д.), их добавляли к тушеному картофелю, а также использовали в мясных блюдах, из рыжиков делали масло, которое использовали для подливок. Грибы значительно дополняли пищевой рацион. Причем не только в период их непосредственного роста, но благодаря освоению таких кулинарных способов и приемов, как соление, сушка, маринование, грибы использовали на протяжении целого года.

Одной из особенностей белорусских традиционных напитков является то, что их изготовление в разные времена года зависело от доступности того или иного сырьевого компонента. Так, если в большом количестве был мед, то широко употреблялись медок, медуха, медовуха, сыта. Весной, когда деревья наливались соком, собирали и пили берку и кленовик (березовый и кленовый

соки). Летом, когда созревали ягоды, из них варили отвары, компоты, кисели. В горячую сенокосную пору готовили и пили хлебный квас. Зимой употребляли свекольный квас, отвары из сушеных трав и фруктов.

Самым распространенным напитком на всей Беларуси в XIX – начале XX вв. был хлебный квас. В технологии его приготовления наблюдаются некоторые локальные особенности и местные традиции. Квас пили на протяжении всего года, но чаще – в летнюю пору, так как он очень хорошо утолял жажду. В народной кулинарии хлебный квас использовался также как основа для приготовления многих блюд.

Из ягод делали ягодные квасы, которые использовались преимущественно на Полесье и имели соответствующее название – калиновик, брусничник. В XIX веке для простых крестьян чай и кофе были большой редкостью. Самоварами пользовались только зажиточные слои населения. Крестьяне вместо чая пили отвары из липового цвета, малинника, мяты, зверобоя, брусничника и др., которые имели большую популярность в народной медицине при лечении простудных заболеваний.

Издrevле в Беларуси варили медуху, известную под названиями «медовуха», «медуница». Медовая сыта (засоленная медом вода) первоначально считалась повседневным обычным напитком. В XIX веке сыта использовалась только во время определенных праздников и обрядов. Так, например, на поминки, Деда готовили обрядовое блюдо канун: в сыту крошили хлеб. Сыта была известна на всей Беларуси.

К древним напиткам белорусов относится пиво. Оно отличалось по своему качеству, способу изготовления и вкусу, в связи с чем подразделялось на разные сорта, например, корчажное (самодельное), овсяное, монастырское, шляхетское, марцыпановое и др. Пиво варили преимущественно из ячменя, а в западных районах, где было развито выращивание сахарной свеклы, пиво изготавливали из этой культуры.

К числу крепких алкогольных напитков относится водка, которая в древнебелорусских памятниках встречается под названием *aqua vita* (аквавита), что обозначает «вода жизни». Производство водки на территории Белоруссии началось в конце XV – начале XVI вв. по инициативе шляхты Великого княжества Литовского. Сначала водку делали в домашних условиях. Сам процесс получил название «самогоноварение». Наиболее распространенной в XIX – начале XX вв. была ржаная водка, которую делали из ржаной муки. Водку делали также из картофеля (бульбянка) и сахарной свеклы (бурочанка). Если водку настаивали на тех травах, которые обладали характерным запахом, то получали настойки. Широкое распространение настойки получили среди зажиточных слоев населения в XVIII–XIX вв. Готовили малиновку, мятную, айровку, кминную, кофейную, кардамоновую и др. Кроме настоек, из водки или спирта делали наливки. Характерной приметой наливок является высокая степень содержания в них экстрактивных веществ (сока ягод, фруктов). П. Бобровский отмечал, что местные хозяйки на Гродненщине славятся умением изготавливать многочисленные наливки: вишневую, смородиновую, фруктовую, наливочный ликер и др.

Таким образом, для традиционной культуры питания белорусов характерно огромное количество различных блюд и напитков. Их основу составляло натуральное сырье, поэтому они были очень полезными для человеческого организма. Одни из них употребляли каждый день, другие – во время определенных праздников и обрядов.

ЗАДАНИЕ И ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ

(выполняется группами по четыре-пять человек)

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты белорусских национальных блюд: свинина, запеченная с грибами; драники; картофляники.
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные белорусские блюда.

Свинина, запеченная с грибами

Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Свинина (шейная часть)	294	250
Лук репчатый	60	50
Грибы	98,5	75
Майонез	40	40
Сыр	25	25
Выход		250

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Порционные куски мяса отбить, придавая им круглую форму, посыпать солью, перцем, обжарить с одной стороны, перевернуть и на поджаренную сторону положить пассерованный лук, вареные (при необходимости), а затем обжаренные грибы, мелко рубленый чеснок, полить майонезом, посыпать тертым сыром и запечь. Блюдо можно готовить без чеснока.

Можно подать с гарниром. Гарнир – картофель отварной, овощи отварные с жиром.



Рисунок 9 – Свинина с грибами

Драники по-домашнему (Сб., 2002, № 465)

Рецептура на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	400	300
мука пшеничная	5	5
Сода	1	1
Соль	5	5
Масло растительное	10	10
Масса готового блюда	–	240
Масло сливочное	10	10
Сметана	40	40
Выход с маслом	–	240/10
Выход со сметаной	–	240/240

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Сырой очищенный картофель протирают, добавляют пшеничную муку, соль, соду, тщательно перемешивают и немедленно выпекают драники. Подают с маслом или сметаной.



Рисунок 10 – Драники

Картофляники

Рецептура на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	174	127*
Крахмал или мука	13	13
Яйцо	$\frac{3}{4}$ шт.	30
Сметана	20	20
Масло сливочное	8	8
Лук репчатый	43	36
Выход	–	200
* Картофель вареный чищенный		

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Отваренный в коже и очищенный картофель протереть (пропустить через мясорубку), добавить муку или картофельный крахмал, растопленное сливочное масло, яйца, перец, соль, тщательно перемешать, пока не получится масса с тягучей консистенцией, и разделить на небольшие шарики 15–20 г. Уложить их на смазанную маслом противень и запечь в духовке.

Готовые картофляники заправить сметаной или сливочным маслом с поджаренным репчатым луком и запечь в течение 5 мин. При подаче посыпать зеленью укропа.



Рисунок 11 – Картофляники

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Первые блюда белорусской кухни. Ассортимент, сырье, технология приготовления, способы подачи.
2. Холодные и горячие супы в белорусской кухне. Состав, технология приготовления, подача.
3. Блюда из мяса и птицы. Ассортимент, состав, технология приготовления, подача.
4. Значение картофеля в питании белорусов.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА № 4
ТЕХНОЛОГИЯ ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД
ГРУЗИНСКОЙ КУХНИ.
ОСОБЕННОСТИ ОФОРМЛЕНИЯ И ПОДАЧИ

Цель: получение практических умений и навыков приготовления блюд грузинской кухни.

План проведения лабораторной работы:

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты грузинских национальных блюд (хачапури, чахохбили, лобио, харчо и др.).
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные блюда грузинской кухни. В процессе приготовления провести контроль технологического процесса производства.
4. На основании полученных результатов (при необходимости) предложить возможные пути совершенствования рецептуры и технологии (с учетом использования регионального сырья и оборудования).

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Закавказье богато сельскохозяйственными культурами: виноград, лимоны, мандарины, чай, гранаты, инжир, грецкие орехи, десятки сортов абрикосов, персиков, слив, тута, миндаля, кукуруза, чумиза, колба, бобовые, пряные травы, овощные и бахчевые культуры.

Также развито овцеводство, птицеводство, мясное и молочное скотоводство, пчеловодство, сыроделие. Во всех районах Закавказья характерно продолжительно жаркое лето, обилие солнца, мягкая зима. Именно поэтому можно считать, что грузины, армяне и азербайджанцы живут в целом в сходных природных условиях, их сельское хозяйство имеет много общих черт, и потому вполне естественно, что в питании используют во многом сходное и даже одинаковое растительное и животное сырье. Этим и объясняется сходство их национальных кухонь.

Грузия – государство в Закавказье на побережье Чёрного моря. Граничит с Арменией и Турцией на юге, Азербайджаном на юго-востоке и Россией на севере. Общая площадь страны – 69,700 км².

Малая распространённость мореходства и морского промысла древней и средневековой Грузии объясняется отсутствием сколько-нибудь значительных заливов, а также островов и полуостровов на протяжении всего Черноморского побережья Грузии (308 км). Этим и объясняется тот факт, что грузины достаточно редко употребляют рыбные продукты.

Природные условия в Грузии крайне разнообразны. Грузия расположена на рубеже полувлажного Средиземноморья, Арало-Каспийской впадины и нагорий Передней Азии с континентальным климатом, что сыграло важную

роль в формировании государства. Природа Грузии чрезвычайно разнообразна благодаря её географическому положению, сложному рельефу и высотной зональности.

Грузины исповедуют православное христианство. Грузия – вторая страна (после Армении), принявшая христианство в качестве государственной религии в 326 г. н.э.

Несмотря на огромное почитание христианства в Грузии очень терпимо и с должным уважением относятся к представителям других религий. А их тут немало. В основном это мусульмане. Часть абхазов, а также грузин южных и юго-западных районов (Аджария и др.) исповедуют ислам суннитского толка. Азербайджанцы, ассирийцы и курды тоже мусульмане. Армяне, греки и русские имеют собственные православные церкви. Также в Грузии имеется небольшое число католиков.

Благодаря тому, что на территории Грузии по соседству проживают представители разных религиозных течений, кухня этой страны впитала в себя традиции и обычаи каждой из этих религий. Но при этом, например, постная кухня Грузии отличается от постной кухни России тем, что она состоит в основном не из рыбных и грибных блюд, а в основном овощных и фруктовых.

Во многих районах Грузии блюда готовятся по-разному, на это оказывает влияние вида занятия людей. Хотя Грузия небольшая страна, она все равно делится на районы. На востоке страны в большей мере едят различные жиры, предпочитают хлеб, испеченный в кувшинах, имеющих форму цилиндра, из пшеницы. В северной части восточной Грузии уникально приготовление пельменей, называемых хенкали, внутри которых находится баранина с добавлением соответствующих специй. Привычные пельмени всегда едят в бульоне, но эти подаются без него. На западе страны очень любят хлеб, выпеченный из кукурузной муки – мчади. В других районах Грузии больше предпочитают заменитель хлеба – кашу из кукурузы. В приморской части страны жители любят острые блюда. Они едят из мяса – птицу.

В грузинской кухне ни один из видов мяса не имеет преобладающего значения. Однако в Восточной Грузии наряду с говядиной едят и баранину, а в Западной предпочитают кур и индейку. Из свинины готовят мутути, из баранины – чанахи, из говядины – харчо и из птицы – чахохбили. Это обычно не свойственно другим народам Востока. Однако употребление всех видов мяса не мешает грузинам больше всего любить говядину, индейку и курицу.

По сравнению с мясом рыбные блюда занимают в Грузии скромное место, да и то лишь в районах близ рек. Постный стол в грузинской кухне, в отличие, например, от русской, сформировался на основе не рыбных и грибных, а в основном овощных и фруктовых блюд.

Большинство овощных блюд готовят из фасоли, баклажанов, капусты, свеклы, помидоров. Это основные овощи. Наряду с овощами в большом употреблении дикие травы: крапива, чина, тальва, джонджоми, портулак и др. К растительным блюдам следует причислить и различные виды изделий из зерновых культур: полбы-зандури, риса, кукурузы.

Большое место в грузинской кухне занимают орехи: лещина, фундук, буковые орешки, миндаль, но чаще грецкие орехи. Это специфическое сырье – неизменный компонент различных приправ и соусов, без них грузинский стол немислим.

Огромное значение приобрели пряные травы: кинза, эстрагон, базилик, чабер, порей, зеленый лук.

Часто и обильно употребляют сыры. Их готовят в основном бурдючным и кувшинным способом: сулугуни, имеретинский сыр – пресноватые, неострые кисломолочные. В высокогорных районах производят острые соленые сыры: кобийский, тушинский и грузинский.

Также достаточно широко используют разнообразные пряности, которые создают не столько жжение, сколько аромат. Единственная, подлинно жгучая пряность – красный перец. Его грузины употребляют довольно умеренно, но постоянно. Правда, между различными районами Грузии существуют некоторые различия в применении пряностей: в Западной Грузии, особенно в Абхазии, находившейся почти два с половиной столетия (1578–1810 гг.) под властью Турции, употребление красного перца (турецкого) распространено значительно шире, чем в Восточной Грузии. Так, в Абхазии употребляют пряную смесь аджику, в которой красный перец составляет четвертую часть, в остальных районах Грузии доля красного перца в общем составе пряных смесей постепенно падает (с запада на восток), доходя иногда до 5 %, т. е. одной двадцатой части, но обычно в среднем не превышает десятой части.

В начале трапезы всегда в качестве первых блюд подают супы мясные или для любителей вегетарианской еды молочные супы. Эти блюда практически не имеют овощную гущу, а на самом деле они очень плотные. Для того чтобы у супов была такая консистенция, в них кладут целые яйца или их желтки. Во время приготовления супов создают кисло-молочную, кисло-жирную среду. Среда такого типа применяется в супах даже в то время, когда не добавляются яйца, а вместо них кладут мясо и различные жиры.

В качестве второго блюда подают мясные приготовления. Их делают из говядины, свинины, домашней птицы. Самое популярное блюдо, естественно, – шашлык, имеющий несколько названий – купаты, толма.

В качестве закусок используют салаты из зелени.

Подлинно грузинскими считаются два приема кулинарии: использование кислой, кисло-жирной, кисломолочной среды для создания своеобразного вкуса и консистенции грузинских супов и применение соусов для обогащения ассортимента вторых блюд.

Подобно французской кухне, грузинская немислима без соусов. Но грузинские соусы отличаются от европейских и составом, и технологией. Для грузинских соусов используется исключительно растительное сырье. Чаще всего это кислые, ягодные и фруктовые соки или пюре из ткемали, терна, граната, ежевики, барбариса, иногда из помидоров.

Своеобразно и применение соусов в грузинской кухне. Один и тот же соус может применяться совершенно с разной основой (мясной, овощной и даже рыбной) и в зависимости от этого давать новые блюда. В значительной степени

именно варьированием соусов достигается разнообразие вторых блюд. Во вкусовой гамме грузинских соусов самая отличительная черта – терпкая кислинка, создаваемая естественными фруктово-ягодными соками.

Технология приготовления грузинских соусов сводится к двум основным операциям: увариванию фруктового сока или пюре и толчению чеснока, пряностей. После уваривания и толчения остается лишь смешать все компоненты, входящие в соус.

Основные традиционные блюда. Грузинская кухня популярна по всему миру, в особенности блюдо, приготовленное из молодых маринованных побегов кустарника по имени «джонджоли». Еще одна знаменитость кухни это маринованная капуста или различные соленья, соусы из перца с маринадом, смесь трав, приготовленная в ореховом соусе «пхали». Популярное блюдо, приготовленное из фасоли с добавлением острых приправ, «лобио». Кстати, рецепт его приготовления имеет около ста способов. Овощи, порезанные в соусе цабеле или сациви. Самое огромное достоинство кухни в том, что у них есть популярный на весь мир соус «аджика» или знаменитый соус, приготовленный из дикой алычи и острого перца – «ткемали».

Из мясных блюд наиболее характерны шашлык «мцвади», своеобразные пельмени «хинкали» из обильно приправленной зеленью и специями баранины, ветчина «лори», жареные или копченые колбаски «купаты», тушенная со специями баранина «буглама», вареное мясо с приправами «хашлама», горячее блюдо из ливера «кучмачи», корейка на вертеле, «чанахи», различные виды плова, жареное говяжье филе «бастурма», «каурма», бульон из потрохов с чесноком «хаши», суп «харчо», холодный суп из субпродуктов «мужужи» (более похож на холодец), «бозбаши» с бараниной и т. д.

Повсеместно на столе блюда из птицы – знаменитое «сациви» всех видов, бульон из птицы, приправленный мукой, уксусно-яичной смесью и луком – «чихиртма», знаменитые «чахохбили» и цыплята «табака», суп из курицы с орехами, яичница с орехами, фаршированная рисом курица, а также разнообразная рыба – с соусом «цоцхали», форель с орехами, шашлык из рыбы и др.

Особой популярностью пользуется в Грузии крепко сдобренный чесноком бульон, изготавливаемый из говяжьих потрохов или баранины (главным образом ножки, желудок, части головных костей), называемый «хаши».

По традиции хаши надо есть утром. Он содержит большое количество клейковины, питателен и очень полезен для желудка.

В Грузии повсюду применяют различные способы консервации. Из свинины изготавливают лори (разновидность ветчины), мужужи (ветчина в уксусе) купаты – колбасы, начиненные свининой, обильно приправленной перцем и барбарисом. Славятся также различные соленья и маринады из овощей.

Сладкие блюда. В грузинской кухне фактически отсутствуют такие сладкие блюда, которые соответствовали бы третьим блюдам европейской кухни. Роль десерта обычно выполняют разнообразные фрукты, ягоды, натуральные соки, орехи, мед, а также сухое виноградное вино.

Зимой, когда свежих фруктов меньше, их заменяют вялеными, засахаренными.

Немногочисленные грузинские сладости основаны преимущественно на ореховом сырье. Таковы чурчхела (с виду похожее на фигурную свечу изделие из орехов и заваренного виноградного сока) и козинаки (конфеты из поджаренных орехов и загустевшего меда), распространенные под другими названиями и в Армении, и в Азербайджане, хотя они более характерны все же для Грузии. Также популярны када – сдобная булка с начинкой из поджаренной муки, сливочного масла и сахара, пеламуши – густой кисель из виноградного сока, который едят ложкой, вкусен только после охлаждения.

Традиционная новогодняя сладость – плоские конфеты, изготовленные из орехов, вываренных в меду – гозипани. В каждой грузинской семье в первый день Нового года встречают гостей этой сладостью.

Что же касается мучных кондитерских изделий (халвы, сладких пирогов, сдобных масляных хлебов с сахарно-мучной начинкой), то они в большинстве случаев заимствованы из других национальных кухонь. Правда, в рецепты этих изделий внесены грузинские «поправки» (например, заимствованные из русской кухни сладкие пироги делаются из песочного и масляного теста и начиняются вареньем пополам с орехами), но в целом кондитерские изделия грузинской кухни гораздо менее оригинальны, чем грузинский мясной и овощной стол.

В качестве хлеба используются пресные кукурузные лепешки (мчади) со сковороды, испеченные в печи (так называемой бухари) в особых керамических сковородах на виноградных листьях, а также, или же, горячий хлеб-лаваш. Иногда хлеб заменяет пресная кукурузная каша (гоми).

Также, в разных уголках Грузии пекутся много сортов хачапури – лепешки с сыром, популярнейшие из которых – хачапури по-аджарски (с яйцом всмятку по центру) и «пеневани» – хачапури из слоеного теста.

Также широко распространен пшеничный хлеб, выпекаемый в огромных глиняных цилиндрических кувшинах. Выпечка его чрезвычайно своеобразна: тесто замешивается на дрожжах, из него изготавливаются плоские лепешки. На дне кувшина разводится огонь. Когда эта глиняная печь, называемая торне, нагревается, пекарь быстрым движением налепляет на стенки тесто. Получается хлеб с хрустящей корочкой, особенно вкусный, когда он еще не остыл.

Из сладкой выпечки наиболее известна када или гата. Вся сладкая выпечка в Грузии называется намцхвари.

Хачапури – одно из самых известных грузинских блюд, национальная гордость.

Классическому рецепту хачапури несколько сотен лет, а количество его вариаций огромно. Хачапури едят практически во всех областях Грузии, но в каждом районе они свои. Открытые, закрытые, с сыром внутри, с сыром снаружи, слоеные, с яичницей, с приправами... Самые известные – имеретинские – закрытые пироги и аджарские – пышная лодочка с сыром и яйцом.

Слово «хачапури» состоит из двух составляющих, эти составляющие и являются главными ингредиентами этого потрясающего блюда.

Хачо – это творог или сыр, а слово пури переводится как хлеб. Так что дословно хачапури переводится как хлеб с сыром.

Самый распространенный и известный из хачапури – это Имеретинский. Тонко раскатанное тесто с обильной сырной начинкой. Имеет круглую по форме сковороды форму (рисунок 12).



Рисунок 12 – Хачапури Имеретинский

Мегрельский хачапури имеет ту же форму что и имеретинский, но отличается тем, что поверх теста на верхней части лепешки делается второй слой сыра. Этот хачапури пекут уже в печах или духовках, чтобы верхний слой сыра не размазался при переворачивании и прожарился сверху (рисунок 13).



Рисунок 13 – Хачапури по-Мегрельски

Гурийский хачапури или Гурули выпекается в форме полумесяца. В сырную начинку добавляется рубленое вареное яйцо. Гурули является обязательным атрибутом рождественского застолья в Гурии (рисунок. 14).



Рисунок 14 – Гурийский хачапури

Аджарский хачапури или Ачарули – визитная карточка Аджарии.

Имеет форму лодки, поэтому иногда его называют Лодочкой. Начинка этого хачапури состоит из сыра, яйца и масла, причем яйцо и масло добавляют в самом конце приготовления. Едят Ачарули руками, отламывая кусочки теста и макая их в сырно-яичную начинку (рисунок 15).



Рисунок 15 – Хачапури по Аджарски

Рачули хачапури. Как можно понять из названия эти хачапури родом из одного из красивейшего высокогорного региона Грузии – из Рачи. Этот хачапури имеет квадратную форму, сверху он помазан яичным желтком (рисунок 16).



Рисунок 16 – Рачули хачапури

Одним из наиболее сложных в приготовлении и вкусным при употреблении является Ачма. Эти хачапури еще называют грузинской лазаньей. Ачма представляет из себя запеканку из отварных тонких слоев теста, переложенных сыром и маслом (рисунок 17).



Рисунок 17 – Ачма

Один из самых распространённых видов хачапури – это слоеный хачапури Пеновани. Обычно Пеновани имеет квадратную форму, печется из слоеного теста и имеет форму конверта, иногда треугольника (рисунок 18).



Рисунок 18 – Пеновани

ЗАДАНИЕ И ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ

(выполняется группами по четыре-пять человек)

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты грузинских национальных блюд: хачапури, пхали бадриджани, харчо.
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные блюда грузинской кухни.

Хачапури

Рецептура на 1 порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Мука пшеничная	120	120
Мука на подпыл	5	5
Вода	43	43
Сахар	4	4
Дрожжи прессованные	4	4
Масса теста	–	160
Фарш		
Сыр сулугуни	88	88
Имертинский сыр	75	72
Масло сливочное	5	5
Яйцо	1 шт.	40
Масло сливочное листов и готовых хачапури	5	5
Выход	–	300

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

В просеянную муку высыпать соль, сахар, дрожжи и перемешать. В центре сделать углубление в муке и влить теплое молоко с теплой водой, замесить однородное тесто, добавить растительное масло и вмешать масло в тесто. Закрыть миску с тестом пищевой пленкой и поставить в теплое место на 1 ч.

Через 1 ч тесто слегка обмять, накрыть пищевой пленкой и поставить еще на 30 мин в теплое место. Сыр натереть на крупной терке. Готовое тесто разделить на части (250–300 г) сформировать руками круглые лепешки толщиной 5–6 мм. Лепешку выложить на противень, покрытый кулинарной бумагой, припудренной мукой. На лепешку выложить равномерно часть сыра и закатать с двух противоположных сторон небольшие бортики, соединить с двух сторон края, чтобы получилась форма лодочки (соотношение тесто/начинка 1 : 1). В центр подготовленного хачапури добавить сыр. Смазать края хачапури растопленным сливочным маслом.

Разогреть духовку до 180 °С и выпекать изделие 15 мин.

Достать из духовки, в центре хачапури сделать небольшое углубление и влить одно куриное яйцо (если белок перемешан с сыром, то вылить желток), по бокам положить кусочки сливочного масла. Смазать хачапури сливочным маслом.

Лоббио

Рецептура на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Фасоль красная	67	135*
Лук репчатый	60	50
Кинза свежая	8	7
Чеснок	3	2
Перец красный острый	6	5
Соль	3	3
Кориандр молотый	1	1
Масло сливочное	7	7
Уксус винный	3	3
Масло растительное	7	7
Перец черный молотый	1	1
Выход	—	200
* Масса отварной фасоли		

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Промыть фасоль и залить водой (из расчета 2,5 л на 1 кг фасоли), оставить на 10–12 ч.

Фасоль переложить в кастрюлю, добавить воды на 3 см выше фасоли и варить на слабом огне 2 ч. Фасоль должна стать мягкой, но держать форму. Нарезать мелко лук. Чеснок порубить ножом. Измельчить красный перец и кинзу.

Разогреть сковороду, добавить растительное масло, соли, сливочного масла и лук. Добавить в лук черный молотый перец. Лук жарить на слабом огне 6–7 мин. Как только фасоль станет мягкой, добавить в нее обжаренный лук и продолжать томить еще 10 мин. Частично размять фасоль. Перемешать. Добавить в фасоль молотый кориандр, нарезанного острого стручкового перца и чеснок, томить еще 3 мин. Добавить свежую кинзу и винный уксус. При необходимости добавить соль и черный перец.



Рисунок 19 – Лобио

Пхали бадриджани

Рецептура на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Баклажаны	134	127
Грецкие орехи очищенные	12	12
Молотый кориандр	1	1
Красный перец	1	1
Хмели-сунели	1	1
Майонез	10	10
Сыр	42	40
Соль	3	3
Чеснок	3	2
Масло растительное	20	20
Выход	–	160

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Баклажаны порезать тонкими пластинками вдоль большими лепестками. Замочить на 15–20 мин в соленой воде (после такой обработки баклажаны не будут слишком сильно впитывать масло при жарке и блюдо получится не очень жирным и нежным) Перед жаркой промокнуть кусочки баклажан салфеткой. Обжарить или запечь.



Рисунок 20 – Приготовление Пхали

Для начинки: потереть сыр на мелкой терке, добавить измельченные с помощью блендера или мясорубки грецкие орехи, измельченный чеснок, специи и получившуюся массу смешать с майонезом. При желании можно добавить измельченные петрушку и/или укроп. Нужная консистенция – как дрожжевое тесто – чтобы не текло, но хорошо формовалась.

Распределить начинку по всей поверхности жареных баклажанов и свернуть рулетики. Сверху украсить зеленью и зернами граната. Реализация – 3 шт. на порцию.



Рисунок 21 – Пхали

Харчо (Сб., 2002, № 349)

Рецептура на 1 л

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Крупа рисовая	70	70
Лук репчатый	95	80
Маргарин столовый	40	40
Томатное пюре	30	30
Соус ткемали (острая ткемаливая подлива)	30	30
Чеснок	8	6
Кориандр (кинза), петрушка (зелень)	41	30
Хмели-сунели (сушеная зелень)	1	1
Специи (перец черный, красный, лавровый лист)	–	–
Вода	1000	1000
	–	1000

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Мясо говядины нарезать средним кубиком массой 25–30 г для супа, слегка обжарить в конвектомате и вместе с соком поставить вариться, залив водой до размягчения. Лук репчатый нарезать соломкой и пассировать с томатом. Когда мясо готово, в кастрюлю добавляют рис, варят 13 мин и вводят остальные овощи, соль, специи, соус Ткемали, доводят до кипения и снимают. Зелень кинзы мелко рубят.

На 1 порцию: суп – 500 г, зелень кинзы – 2 г, масса готовой баранины (грудинка) на порцию – 75 г.



Рисунок 22 – Харчо

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Основные различия кухонь Западной и Восточной Грузии.
2. Значимость использования соусов в Грузинской кухне. Сырье, технология приготовления, специфика, вкусовые особенности.
3. Специи, пряности, пряная зелень. Основные виды, в каком виде используются, влияние на вкус блюда.
4. Первые блюда грузинской кухни – харчо, чихиртма, бозартма, шечаманды. Состав, технология приготовления, подача.
5. Вторые блюда из мяса и домашней птицы – мужужи, мцвади. Технология, способы подачи.
6. Сладости в грузинской кухне. Специфика, сырье, способы производства.
7. Хачапури, виды, технология, способы подачи.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА № 5
ТЕХНОЛОГИЯ ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД
УЗБЕКСКОЙ КУХНИ.
ОСОБЕННОСТИ ОФОРМЛЕНИЯ И ПОДАЧИ БЛЮД

Цель: получение практических умений и навыков приготовления блюд узбекской кухни.

План проведения лабораторной работы:

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты и технологические схемы блюда узбекской кухни (манты, самса и др.).
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные блюда узбекской кухни. В процессе приготовления провести контроль технологического процесса производства вышеперечисленных блюд.
4. На основании полученных результатов (при необходимости) предложить возможные пути совершенствования рецептуры и технологии.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Территорию Узбекистана в прошлом населяли многие народности. Их кулинарные обычаи в течение длительного времени откладывались и наслаивались. Так образовалась современная узбекская кухня.

Наиболее употребляемое мясо – баранина. Гораздо реже используют здесь говядину, конину, птицу. Особенностью приготовления мясных блюд является то, что мясо от костей не отделяется. И в супах, и во вторых блюдах оно варится и обжаривается вместе с костью. Большинство таких блюд состоит из одного мясного компонента и лишено всякого гарнира, не считая лука. Широко распространены комбинации из мяса и отварного теста. Самыми популярными блюдами узбекской кухни являются манты (мучные изделия типа крупных пельменей), лагман (лапша), манпар (вид лапши, приготовляемой с мясом).

В узбекской кухне практически нет рабных блюд, так как рыбой Узбекистан никогда не был богат. Не признают коренные жители грибов, баклажанов, ограничено здесь употребление яиц.

Хлеб заменяют лепешки, выпекаемые в тандырах (печах). Колоколообразный тандыр обмуровывают кирпичом. Внутри разводят огонь, и после того как стенки раскалятся, приступают к выпечке лепешек, пирожков. Работа узбека, выпекающего лепешки, – работа виртуоза – большого мастера своего дела.

Довольно значительное место в узбекской кухне занимают супы. По консистенции они гораздо более плотные, чем обычные европейские супы, и очень часто скорее напоминают кашу. Эти супы жирны, наваристы, поскольку содержат курдючное сало или топленое масло, даже если отсутствует мясо. Специфическим является употребление в супах местных круп – маша (мелкой среднеазиатской фасоли), джугары (сорго), а также риса, кукурузы и др. Из

овощей к супам добавляют обязательно морковь, репу, тыкву. Что же касается лука, то его закладка в супы гораздо больше, чем в европейской кухне. Еще одна особенность узбекской кухни – это употребление катыка и сузьмы для приготовления кисломолочных супов, что придает им совершенно особый кисловатый привкус, повышает их калорийность и усвояемость. Первые блюда подают обычно в чашах (касах). Наиболее распространенными супами являются шурпа, мастава, атала, угра, пиева и кисломолочные супы (катыкли). Овощи в узбекской кухне в качестве самостоятельных блюд практически не применяются. Они либо идут в супы, либо выступают в роли закуски к мясным блюдам и пловам. В этом случае их употребляют сырыми. Но чаще всего овощи служат полуфабрикатами к зерновым, мучным или мясным блюдам, например, зирвак к плову. Тогда овощи обжаривают в большом количестве жира. Характерным для узбекской кухни является повышенное употребление в пищу пряностей, например, красного перца, базилика, куркумы, укропа, кинзы, мяты, эстрагона. Из приправ популярны барбарис и бужгуи. Чеснок используется сравнительно редко.

В узбекской кухне очень распространена варка на пару. Для этой цели употребляют медные или алюминиевые многоярусные сосуды с решетками.

Излюбленное национальное блюдо – знаменитый плов. В узбекской кухне существуют десятки различных способов приготовления, их состав также зависит от назначения (простой, свадебный, праздничный, летний, зимний). Ряд пловов отличается тем, что в них содержится различное мясо, так как нередко вместо баранины используют казы (конская колбаса), постдумба (курдючная оболочка), перепелки, фазаны, куры. Не всегда в состав пловов входит и рис. Иногда он составляет лишь часть плова, а порой полностью заменяется пшеницей, горохом или машем. Но для большинства пловов сохраняется классический набор продуктов: баранина, рис, морковь, лук, изюм или урюк и пряности.

Любят узбеки джургат – продукт типа простокваши и чакку – откинутое кислое молоко.

К популярным узбекским блюдам принадлежат манты (мучные изделия типа крупных пельменей), чалоп (окрошка на кислом молоке), самса (пирожки в виде треугольника), лагман (лапша), хасып (домашняя колбаса с фаршем из субпродуктов), мастава (суп из риса) и пр.

Манты – блюдо узбекской кухни, относится к роду пельменей. Приготовление их состоит из трех операций: замеса теста, подготовки начинки, изготовления и варки (рисунок 23).



Рисунок 23 – Манты

Основное отличие манты от других видов пельменей: они относительно крупнее по размерам, отличаются фаршем, отвариваются не в воде, а на пару в специальной посуде – манты-каскане.

Самса – пирожки с начинкой (луковой, мясной, из зелени и др.). Варьировать можно как состав начинки, так и способ обработки теста. Состав же теста, а также способ выпечки остаются неизменными для всех видов самсы (рисунок 24).



Рисунок 24 – Самса

Тесто – обычное пресное, способ выпечки (классический) – обжаривание в перекаленном растительном масле, которого на указанную норму теста требуется от 300 до 500 г.

Раскатка теста. Самый обычный вид раскатки теста таков: его делят на кусочки по 50 г, делают из них шарики и каждый шарик раскатывают отдельно толщиной до 1 мм, после чего кладут начинку, защипывают в форме полумесяца и обжаривают во фритюре. Так готовят самсу с луком и самсу с зеленью.

Вместе с тем применяется и более сложный способ обработки теста. Его раскатывают очень тонко – до полмиллиметра, или тоньше бумаги, причем сразу большим листом, после чего густо смазывают топленым или сливочным маслом, наворачивают на тонкую скалку и разрезают вдоль скалки так, чтобы получились широкие полосы, лежащие друг на друге в несколько слоев. Эти слои нарезают на прямоугольники 6x8 см или других (еще меньших) размеров, середину каждого прямоугольника раскатывают маленькой скалкой еще тоньше, кладут на нее фарш, складывают пополам и защипывают чуть глубже краев так, что края самсы остаются расслоенными, вроде тетрадных листочков. Так готовят вараки самсу, начиненную мясным фаршем.

Для мясной начинки используют пропущенное через мясорубку мясо, перемешанное с луком, солью, красным и черным перцем, мятой или ажгоном (зирой), обжаренное в масле. На 500 г мяса берут 250 г лука (или чуть более), по 2 ч. ложки красного и черного перца, по 4 ч. ложки мяты или зиры.

Для луковой начинки используют смесь рубленого репчатого лука с зеленым (десятая или пятая часть от веса репчатого лука), яйца, черный перец и соль.

Обращает на себя внимание и необычный для европейцев порядок подачи блюд. Обед обычно начинается с чая, им запивают жирную мясную закуску и мучные изделия, чаем завершают еду, запивают им сладости. Зеленый чай (кок-чай) хорошо утоляет жажду и повышает общий тонус. К нему подают урюк и джем из шелковицы. Заваривание кок-чая – большое искусство. Его засыпают в особый сосуд (чай-джуш) или чайник, заливают кипятком и ставят на огонь. Во время варки следят за тем, чтобы чай не перегрелся. Нагревание прекращают, когда чайники начинают перемещаться в жидкости. Если этот момент упустить и вода закипит, то после подачи чай приобретет красный цвет и утратит вкус и аромат. Пьют чай из пиал, наливая его понемногу, чтобы не остывал.

Очень специфичен и разнообразен в узбекской кухне сладкий стол, который никак не является десертом. Сладости, напитки и фрукты, которые на европейском столе завершают любую трапезу, на Востоке употребляются дважды, а то и трижды — их подают и до, и после, и в процессе еды. К столу подают абрикосы, виноград, черешню, сливу, дыню, грецкие орехи, фисташки, сладкий миндаль, ядрышки абрикосов, халву, сладости на ореховой и изюмной основе и др.

ЗАДАНИЕ И ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ

(выполняется группами по четыре-пять человек)

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты узбекских национальных блюд: манты, самса.
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные блюда узбекской кухни.

Манты с бараниной (Сб., 1982, № 1076)

Рецептура на одну порцию (5 шт.)

Ингредиенты	Масса	
	брутто	нетто
Тесто		
Мука пшеничная	75	75
в том числе мука на подпыл	5	5
Вода	30	30
Соль	1	1
Масса теста	–	100
Фарш		
Баранина (лопаточная или тазобедренная части)	200	143
Лук репчатый	77	65
Перец красный молотый	1	1
Соль	1,5	1,5
Вода	20	20
Масса фарша	–	228
Масса полуфабриката	–	328
Масло растительное (на смазку каскана)	5	5
Уксус 3%-ный	15	15
Выход	–	315

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Из муки, воды и соли замешать крутое тесто (влажность 39 %), накрыть влажной тканью и выдерживать в течение 40–60 мин.

Готовое тесто закатать тонкими жгутами, поделить их на кусочки массой 19–20 г и раскатать на круглые лепешки с утонченными краями. На середину лепешек положить фарш (сверху фарша можно положить кусочки бараньего сала, 10 г) и края защипить посередине, придавая изделию круглую или овальную форму (рисунок 25).

Для фарша баранину нарезать мелкими кубиками, смешать с мелко рубленным репчатым луком, добавить соль, перец, холодную воду и все перемешать.

Манты сложить на смазанную жиром решетку, вставляемую в специальный котел (касқан), и варить на пару в течение 30 мин.

Отпускают по 5 шт. на порцию (1 шт. – 60 г) с уксусом (разбавленным водой) и красным перцем или без уксуса, соответственно уменьшив выход.

Примечание. При использовании нежирного мяса баранины необходимо добавить жир-сырец курдючный (10 г на порцию), при этом соответственно уменьшить норму мяса.



Рисунок 25 – Пример лепки

Самса уйгурская

Рецептура на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Мука пшеничная	43	42
Яйцо	1/10 шт.	3
Масло сливочное	8	8
Вода	17	17
Соль	1	1
Фарш		

Говядина фарш	30	30
Лук репчатый	25	21
Красный перец молотый	1	1
Чёрный перец молотый	1	1
Мята	3	2,5
Зира	1	1
Соль	1	1
Сало курдючное	10	10
Выход	–	150

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

В теплую воду добавить яйцо, размягченное масло, соль. Замешать плотное тесто, которое поделить на три части и выдержать 20–30 мин.

Тесто тонко раскатать, тонко смазать сливочным маслом, выдержать 1–2 мин и переложить раскатанные лепешки одну на другую. Туго скрутить тесто в рулет, нарезать кусочки теста толщиной 1,5 см. Раскатать лепешки диаметром около 15 см, края которых более тонкие, чем середина.

Начинка. Для мясной начинки использовать пропущенное через мясорубку мясо, перемешанное с луком, солью, красным и черным перцем, мятой или ажгоном (зирой), обжаренное в масле.

На середину положить фарш и оформить треугольником. Защипанной стороной самсу выложить на противень и выпекать при температуре 200–220 °С 40 мин.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Основные приемы тепловой обработки в узбекской кухне. Кухонный инвентарь.
2. Принципы подачи блюд к столу в узбекской кухне.
3. Первые блюда в узбекской кухне. Шурпа, пиева, машхурда, кисло-молочные супы. Состав, этапы приготовления.
4. Узбекский плов. Набор продуктов, операции приготовления.
5. Манты. Сырье, операции приготовления. Способы подачи.
6. Узбекские сладости. Ассортимент, состав, этапы приготовления, способы подачи.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА № 6
ТЕХНОЛОГИЯ ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД
ЛИТОВСКОЙ КУХНИ.
ОСОБЕННОСТИ ОФОРМЛЕНИЯ И ПОДАЧИ БЛЮД

Цель: получение практических умений и навыков приготовления блюд литовской кухни.

План проведения лабораторной работы:

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты литовских национальных блюд (холодный борщ, жемайтйские картофельные блины, кибинай, маковый рулет).
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по 4–5 порций.
3. Приготовить национальные блюда литовской кухни. В процессе приготовления провести контроль технологического процесса производства.
4. На основании полученных результатов (при необходимости) предложить возможные пути совершенствования рецептуры и технологии (с учетом использования регионального сырья и оборудования).

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Часто прохладное и дождливое лето, песчаные почвы, леса, поля, близость моря и крупных озер – все это способствовало тому, что основным сырьем для приготовления пищи в прибалтийских регионах служат дары моря и озер, ягоды, грибы, крупы, овощи. В Прибалтике также развито животноводство, особенно свиноводство и картофель наряду со свиным салом служат основной пищей.

Течение истории также влияло на кулинарные традиции региона и особенно сильно влияние немецких традиций, которые в течение шести веков господствовали в Прибалтике. Общая вкусовая направленность блюд кухни Прибалтики сформировалась именно под влияние немецкой кухни. Отсюда пошли в большинстве отварные блюда, а в качестве приправы стали использовать масло, малины и молоко.

Литва – государство, находящееся в северной части Европы, общей площадью – 65 300 км². Имеет выход к Балтийскому морю на его восточном побережье, среди государств Балтии имеет самую короткую береговую линию – всего 99 км. На севере граничит с Латвией, на юго-востоке с Белоруссией, а на юго-западе с Польшей и Калининградской областью. По площади и населению является самым крупным прибалтийским государством.

Только к середине XX в. историки Литвы поняли, что не одними революциями, войнами и открытиями может быть богата история страны, и пришли к выводу, что вещь, с которой мы сталкиваемся каждый день, чаще всего по три раза, является важной и неотъемлемой частью истории любого государства.

Если обычного литовца спросить, что из себя представляет национальная литовская кухня, услышим ответ, что это цепенлины, драники, картофель-

ные колбаски, холодный борщ, ну и ещё шакотис и пиво. К сожалению, всё перечисленное, за исключением пива, хоть теперь уже и кажутся традиционными блюдами, но не являются культурным кулинарным наследием, так как получили своё распространение только в начале XX в. Во время раскулачивания и приватизации земель, у людей оставались лишь небольшие дома, около которых можно было вырастить немного картошки себе и немногочисленному скоту. Тогда и появились сытые и вкусные блюда из тёртого картофеля, среди которых самые популярные теперь цепелины.

Всё литовское достояние часто сводят к картошке, даже когда Литва вступила в Евросоюз, цепелины были вынесены в качестве неотъемлемого атрибута и символа страны. Но, к сожалению, такого блюда, как в принципе большого количества блюд из картофеля в кулинарных книгах Литвы за XV–XVI вв. не существует.

Стоит так же упомянуть о высокой, аристократической кухне Великого Княжества Литовского, которая была сформирована благодаря европейским соседям и крепко завязана на охоте и особенно рыбалке, в XIII в. в некоторых регионах самой популярной рыбой были осетры, а ещё до начала XIX в. литовский борщ сильно отличался от украинского, русского или польского потому что он варился с раками. И таких кулинарных особенностей немало.

Общая характеристика литовской кухни

Литовская национальная кухня складывалась в течение долгого времени. Несмотря на схожесть с кухнями других народов Восточной Европы, литовская кухня обладает теми отличительными чертами, которые делают ее одной из самых своеобразных и самобытных в этом регионе. Среди прибалтийской кухни литовскую национальную кухню отличает сложившаяся исторически близость к славянским кухням и сравнительно небольшое влияние германской кухни.

История литовской кухни. Исторически в Литве сложилось два кулинарных направления: старолитовская кухня (XIV–XVIII вв.); новолитовская кухня (со второй половины XIX в.). Старолитовское направление развивалось как кухня привилегированных сословий литовского общества – шляхтичей. В это время Литва во многом определяла гастрономическую моду Европы.

Именно Литва считается родоначальницей подачи закусок к столу: в аристократических поместьях еще в приемной гостей угощали различными мясными и рыбными копченостями.

Основанная на местном сырье кухня органично сочетала в себе черты литовской, русской, польской кулинарных традиций с влиянием германской и татарской кухни. Для кухни этого периода были характерны изысканные блюда со сложной рецептурой – суп гусиный жемайтский, копченый угорь, фаршированный грибами и телятиной, бык, фаршированный дичью и др. С распадом Речи Посполитой в конце XVIII в. и постепенным исчезновением слоя шляхты старую кухню постепенно вытесняет новолитовская кухня, базировавшаяся на крестьянских традициях приготовления пищи. Основу блюд стали составлять картофель, мясные и молочные продукты, ржаной хлеб. Питание носило сезонный характер – летом употреблялось больше овощей и рыбы, зимой питание было более сытным (в это время резали свиней).

Набор традиционного и современного продовольственного сырья. По сравнению с эстонской и латышской литовская кухня является наименее «морской», ее можно назвать «лесной»: в ней активно используются блюда из дичи, мед и ягоды. Литовская кухня характеризуется следующими типичными особенностями: простая рецептура блюд (малое количество пищевых комбинаций); обилие крахмалосодержащих блюд (картофельных, мучных и крупяных); широкое использование мясных блюд (в основном из свинины); активное употребление молочных блюд, в особенности сметаны и сыров; сдержанное употребление специй при приготовлении блюд (наиболее популярны среди специй тмин и майоран).

Основной ассортимент традиционных блюд литовской кухни. В современной литовской кухне завтрак довольно плотный: к нему подают каши, яичницу на сале, хлеб, сыр, масло, блины, чай или кофе.

В обед подается первое блюдо (суп или борщ), разнообразные блюда из мяса, рыбы и картофеля. Особенностью литовской кухни является разнообразие рецептов первых блюд – от горячих до сладких супов и холодных борщей. На стол подаются традиционный грибной борщ с «ушками» по-литовски, томатный суп с рисом, щи с копченостями, пивной суп жемайтский, холодный борщ на кефире.

На второе обычно употребляют разнообразные блюда из картофеля – любимого продукта литовцев: ведерай (картофельные колбаски), жемайчу блинай (картофельные блины с мясным фаршем), швильпикай (запеченные картофельные палочки под соусом), плокштайнис (картофельный пудинг) и многие другие. Популярны мясные зразы, разнообразные блюда из свинины (кумпис – свиные окорока, различные мясные рулеты), гуся; гораздо реже используется говядина и баранина.

Рыбные блюда литовской кухни в основном тушатся или запекаются. Знаменитый приморский деликатес страны – копченый угорь.

Среди мучных блюд – вареники, пельмени (колдунай), блины с различными начинками. По сравнению с картофельными блюдами каши в Литве менее популярны. Из каш чаще всего готовят традиционное блюдо – шюпинис.

Популярными напитками в стране являются фиточаи на травах, «тминная вода» – отвар из зерен тмина. Литовцы – большие поклонники крепкого натурального кофе (растворимый кофе в стране не пользуется популярностью).

Из безалкогольных напитков стоит попробовать квас, рецептов приготовления которого в Литве множество. Также Литва – настоящее пивное царство: здесь известно более 200 рецептов пивоварения. Не случайно в последнее время в стране активно развивается «пивной» туризм. Самым известным пивом является «Швитурис», производимое в Клайпеде с 1784 г. В любом пивном баре на выбор предлагается полтора десятка разнообразных закусок к пиву – кобаски-гриль, гренки с чесноком, сухой сыр и многие другие.

Среди крепких алкогольных напитков обязательно стоит продегустировать национальный литовский бальзам «Суктинис», имеющий статус кулинарного наследия страны. Крепкая (50 град) настойка на меду изготавливается по

старинному рецепту. В нее входят черная смородина, малина, ягоды можжевельника, почки тополя и другие ценные растения.

Кулинарное наследие литовской кухни

Специалисты без сомнения выделяют несколько блюд литовской кухни, которые можно отнести к ее кулинарному наследию. Для начала это ржаной хлеб. Согласно столетним традициям чёрный ржаной хлеб должен быть максимально простым, состоять из ржаной закваски и воды. Выпекание хлеба было особым ритуалом для каждой хозяйки и её семьи. Закваска в семье росла от выпечки одной буханки до другой, до сих пор про чужих людей говорят «он не нашей закваски», или «не достаточно кислый» для нашей семьи. Разминка теста, его поднятие, формирование буханки, нанесение креста, выпечка и благословление все это носит не только бытовой, но и ритуальный характер. Разминку теста доверяли исключительно главе семьи.

Из молочных продуктов несомненно стоит гордиться сохранённым рецептом белого творожного сыра. Белый настоящий сыр из кислого молока (сыр из парного молока делали редко, только на праздники). Кислое молоко слегка нагревают, получают творог, наполняют им специальные творожные мешки и прессуют (рисунок 26). Так получается сыр, который отлично сочетается и с пивом, и с мёдом. С XVI века Литва, а именно Жемайтия начала прославляться и ферментными сырами. Особенно популярным был на сегодняшний момент так называемый Голландский сыр, который ферментировали благодаря желудкам телят. Молочного телёнка забивали, их желудки выбирались, высушивались особым образом и нарезались на мелкие кусочки, а когда приходило время готовить сыр, в парное молоко добавляли несколько кусочков высушенного телячьего желудка.



Рисунок 26 – Прессование сыра

Литва – край животноводства, поэтому без мяса её кухню представить сложно. Сало для литовцев не только еда, но и признак безопасности, ведь если за печкой всё ещё висят пару крупных шматков сала, значит, голодным он и его семья не будет, а сытый человек – счастливый человек. Выращивание свиней, их откорм, всё было направлено на то, чтоб получить как можно больше свиного сала. В Литве никогда не забивали свиней моложе полутора лет, только тогда поросёнка можно было называть «сальной свиньей». До этого возраста они растут и развиваются, у поросят росли мышцы, кости, их кормили по временам года, летом выводили на улицу откармливали подножным кормом и давали гулять на солнце, для накопления витамина Д и прочих витаминов натуральным способом. При выращивании поросят молока, картошки и каш им не давали. Только за два-три месяца до убоя поросятам начинают давать картофель, муку, желуди, чтобы они прибавили в весе. Считалось, что, если дети соберут слишком мало желудей для убойной свиньи, её сало будет недостаточно вкусным, тающим и питательным.

Ещё одно украшение литовского стола – скиландис. В придворовых кулинарных книгах его упоминают уже с XVI в. Его не делали много, из одной свиньи – один скиландис. Производили его по весне в период убоя свиней и сохраняли до активных летних работ. Основной его частью был свиной желудок, который по весу мог достигать около 20 кг, но иногда использовали ещё и мочевого пузыря. На сегодняшний момент скиландис это куски свиной вырезки и грудинки, помещенные в съедобную оболочку, которую удобно впоследствии нарезать и подавать на стол как закуску или самостоятельное блюдо, но раньше в свиной желудок помещали все послеубойные отходы в том числе с костями, всё это перерубалось повторно, полученную мясо-костную массу обильно солили и добавляли травы, которые находили в лесу или в поле и вялили. В период необходимости отрубали от этого куски и варили супы, бульоны. Скиландис был своеобразным блюдом, благодаря которому можно было сохранить ценные и питательные мясные обрезки, не только для семьи, но и в военное время.

Региональные особенности литовской кухни

Каждый из пяти регионов Литвы (рисунок 27) имеет свои особенности питания, сохранившиеся до настоящих дней.



Рисунок 27 – Регионы Литвы

Регион Жемайтия – тут популярны каши, гуляши, окрошки, солянки, для этого людьми были созданы особенные технологии варки. Варилось всё в котле, висящем над камином на специальной металлической подвеске над открытым огнём. Это также повлияло и на вкус жемайтского сала и кумписа, считается что из-за этого в камине мясо не только коптилось, но и вялилось.

Однако самое популярное блюдо в этой части Литвы это кастинис. Он до сих пор традиционно готовится и в семьях, и в промышленных масштабах, при этом рецептура его не менялась до наших дней. Основными ингредиентами является сметана, для вкуса иногда добавляют кислое молоко. Все что нужно для приготовления это интенсивное перемешивание подогретой сметаны. Так, в кастинисе сохраняется пахта, ценная белковая часть молока.

Помимо этого, в Жемайтии очень активно употребляли в пищу коноплю, популярной была конопляная соль, если корова не давала молока, смесь конопли варили, получая «растительное молоко», из которого впоследствии даже умудрялись делать конопляный творог.

Малая Литва особенна не только своей историей, где переплетаются культуры немцев, пруссов, литовцев, балтов. В Малой Литве традиции рыболовства накапливались столетиями, поэтому почётное место на столе занимают рыбные блюда. Самый востребованный способ приготовления рыбы – копчение. Почти каждая семья рыбака имела свою собственную коптильню. Помимо культуры есть рыбу, жители Малой Литвы имели особенность завтракать дважды. Первый завтрак состоял из кружки молока и хлеба, часто с солью, а во время второго завтрака обязательно присутствовало что-то мясное. На обед всегда съедали копчённого или солёного свиного сала, только в летний период салу предпочитали рыбу. В конце обеда часто подавали сладкий пирог, традиции готовить сладости в Малую Литву пришли из Германии.

Регион Сувалкия. Его хозяйки отличаются умением готовить мясо. Регион чернозёмный, богатый, первый в котором упразднили крепостное право, завезли индюков и начали возделывать свеклу. Все привычные мясные блюда, такие как скиландис, кумпис, мясные рулеты, паштеты, родом из Сувалкии.

В соседней Дзукии хоть и очень красивая природа, но питательность рациона гораздо ниже, ведь вместо чернозёма там больше песка и глины. Поэтому основу их рациона составила гречка. Даже ржаной хлеб из Дзукии делали с добавлением гречки, порой соотношение ржи и гречихи доходило до 1 к 1. Отчего получался не столько хлеб, сколько «гречишные бабки», для приготовления сладких пирогов использовали только гречишную муку. Также в данном регионе сильнее, чем в остальных, было развито собирательство. Самой излюбленной ягодой у них была клюква, её продавали в другие регионы, ели и лечили давление, мигрени.

Последний регион, Аукштайтя, блинами славился не только на масленицу. Регион лучше других освоил приготовление этого блюда. Они там готовятся из зерновой муки, заквашенного теста, теста с картофелем и даже с горохом, одним словом, почти из всего. Там считается, если хозяйка не может приготовить хотя бы 20 разных блинов и хотя бы несколько соусов к ним, её трудно назвать настоящей хозяйкой.

Все пять регионов, т. е. всю Литву, объединяет один священный ужин, а именно сочельник, традицию которого Литва по сравнению с остальными европейскими странами смогла сохранить. Это чисто семейный, закрытый ужин, гостей практически никогда не приглашали. Даже вышедшую замуж дочь, больше не ждали к столу. Рецепты блюд, которые подавались на рождество, передавались исключительно по наследству. Ужин во время сочельника носит строго ритуальный характер. На сегодняшний момент современные семьи довольно предсказуемый и всем известный набор блюд, а ещё пару веков назад, меню данного ужина было семейным и секретным. Хотя было несколько блюд, которые, так или иначе, готовили все. Кучукай – небольшие круглые сухарики с маком, которые кушали с маковым молочком, зерно, залитое мёдом, и обязательно каша из четырех зёрен, тарелку с которой перед ужином передавали всем членам семьи, символизируя единение. Блюд в сочельник обязательно должно быть девять. Цифра девять для литовцев – символ достатка на весь последующий рабочий год.

Особенности питания. На сегодняшний день сложно даже оценить, насколько правильно, рационально питались люди в прошлом. Регулярные посты (среда, пятница, суббота), физический труд, купания и бани, но самое важное – круг питания. Весной только появляется зелень хозяйка избавляется от солёной, вялой картошки (картофель не ели в период с мая по август), начинает собирать одуванчики, щавель, липовые листочки, кислый древесный сок для укрепления иммунитета после зимы. В начале лета основу рациона составляет молоко и все возможные молочные продукты (молоко не употребляли с ноября по апрель), к августу люди активно переходят на свежие овощи и солёное мясо (мясо не ели в ноябре-декабре и феврале-марте). Осень единственное время в году, когда ели жирное мясо и птицу – гусей, уток, овец. Зимой, во время адвента, когда нельзя было есть ни мяса, ни молочных продуктов, люди активно питались свежими и квашеными овощами, заливая их свежим льняным или конопляным маслом, последнее считали настоящим лекарством и старались принимать на протяжении всей зимы. Первый свиной убой происходил за пару дней до рождества и в дальнейшем убитого поросёнка ели исключительно в самые холодные зимние дни вплоть до масленицы, после чего снова постились до пасхи.

Самый популярный десерт на сегодняшний момент в Литве считается Шакотис (рисунок 28). Пирог, похожий на бревно с ветками, или “веточник” если переводить его название дословно.



Рисунок 28 – Шакотис

Прототип данного лакомства есть и в Германии, называется он «Baum kuchen» или древесный пирог.

Шакотис в Литве получил распространение во времена Барбары Радвилайте, т. е. в середине XVI в. Считается, что готовясь к очередному балу, она отдала приказ своим подданным придумать десерт, и тому, кто удивит её больше всех был обещан земельный участок.

В день конкурса Барбора проходила мимо множества изысканных и ранее невиданных десертов, но остановилась рядом с неприметным стеснительным мальчиком, который предложил ей попробовать свой пирог и выиграл. Однако вместо земли он попросил в награду украшения, так как хотел чтоб его будущая супруга выглядела так же красиво, как и королева. Несомненно, свою награду он получил, королева также почтила их своим присутствием на свадьбе, а шакотис стал традиционным свадебным тортом в каждой литовской семье.

Рецепт шакотиса очень простой, включает себя минимальное количество ингредиентов – яйца, сахар, мука, масло сливочное и сметану. Однако приготовить его дома не получится. Шакотис выпекают в большой открытой печи, на специальном валу.

Печь обязательно нужно растапливать берёзовыми или ольховыми дровами. Вал нагревается и обмазывается растопленным маслом, после чего один человек медленно наливает на него тесто, в то время как второй крутит вал. Чем быстрее скорость прокрутки, тем длиннее веточки шакотиса. Когда тесто приобретает желтый оттенок, наливают новую порцию теста, и так до момента, пока шакотис не станет подходящего размера.

ЗАДАНИЕ И ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ

(выполняется группами по четыре-пять человек)

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты литовских национальных блюд: холодный борщ, жемайтйские блины, кибинас.

2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.

3. Приготовить национальные блюда литовской кухни.

Холодный борщ (Шартибаршай)

Рецептура на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Свекла маринованная	100	100
Жирный кефир	305	305
Сметана	15	15
Свежие огурцы	47	45
Яйца	½ шт.	20
Лук (перья)	5	4
Укроп	3	2
Соль	4	4
Масло растительное	5	5
Картофель	62	45*
Выход	—	500
* Картофель вареный чищенный		

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Огурцы вымыть и порезать тонко соломкой. Промыть луковые перья, укроп, мелко нарезать. В большую ёмкость сложить маринованную свеклу, огурцы, лук, укроп, залить всё кефиром и посолить. Тщательно перемешать и оставить настаиваться.

Яйца сварить вкрутую. Картофель нарезать дольками, отварить до полуготовности, сбрызнуть растительным маслом, посолить и запечь до золотистой корочки.

Подавать борщ с половинкой куриного яйца, сметаной и горячим картофелем.



Рисунок 29 – Холодный борщ

Жемайтйские блины (Жямайчу блинай)

Рецептура на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Картофель	377	275*
Яйца	½ шт.	20
Мука	11	11
Крахмал картофельный	6	6
Соль	3	3
Фарш		
Фарш свиной/куриный	40	38
Репчатый лук	18	13
Перец чёрный	1	1
Соль	1	1
Масло растительное	6	6
Соус		
Сметана	19	19
Молоко	19	19
Масло сливочное	4	4
Мука	4	4
Чеснок	2	1
Укроп	3	2
Выход	–	300
* Картофель вареный чищенный		

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Отварить картофель в мундире, отсудить, очистить от кожуры. Картофель размять в пюре, добавить яйца, муку, крахмал, соль и замесить тесто (если масса слишком липкая, можно добавить ещё крахмал).

Для приготовления начинки мелко нарезанный лук обжарить на сковороде, затем добавить фарш и довести его до готовности, посолить, поперчить.

Из теста сформировать блины овальной формы, добавляя внутрь начинку.

На сковороде подогреть растительное масло и жарить блины на среднем огне со всех сторон до румяной корочки. Готовые блины складывать в ёмкость с крышкой.

Для соуса в сковороде растопить сливочное масло, добавить мелко нарезанный чеснок, слегка обжарить. Добавить к маслу перемешенную с молоком и мукой сметану. Массу, постоянно помешивая нагревать до тех пор, пока не начнёт загустевать, добавить укроп.



Рисунок 30 – Жемайтийские блины

Кибинай

Рецептура на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Мука	1760	1760
Холодное сливочное масло	1000	1000
Соль	80	80
Сливки 30%-ные	800	800
Яйцо	15 шт.	600
Начинка		
Свиная шея	2720	2260
Красный лук	580	500
Лук порей	660	500

Лавровый лист	20	20
Перец чёрный	40	40
Соль	60	60
Укроп	180	160
Петрушка	180	160
Сметана	260	250
Выход	–	6000
Выход 100 шт. по 60 г		

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Муку всыпать в ёмкость, добавить измельченное холодное сливочное масло (можно на крупной терке). Муку и масло соединить до состояния однородной крошки, добавить соль. Яйца взбить со сметаной, ввести в тесто, соединив всё в один комок, выдержать 30 мин.

Для приготовления начинки свинину нарезать кусочками. Очень мелко нарезать красный лук и лук порей, добавить к мясу и перемешать, обильно поперчить и посолить, добавить измельчённый лавровый лист, сметану, зелень и всё перемешать.

Тесто тонко раскатать. Вырезать из него округлые заготовки, добавить начинку и сформировать кибинасы. Подготовленные кибинасы смазать взбитым с водой яйцом. Выпекать в заранее разогретой до 180 °С духовке.



Рисунок 31 – Кибинас

Муравейник (Скрузделинас) Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Мука	670	670
Яйца	7 шт.	280
Сметана	120	120
Соль	10	10
Масло растительное	1000	1000
Сироп		
Мёд	200	200
Масло сливочное	50	50
Вода	30	30
Сметана	30	30
Выход	–	1000

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Муку, яйца, сметану и соль соединить, замесить тесто (мука вводится постепенно). Тесто очень тонко раскатать на столе, заранее промазанном маслом, чтобы тесто не прилипло. Раскатанное тесто нарезать прямоугольниками по 4 см. Кусочки обжарить в горячем растительном масле до золотистой корочки. Сварить сироп. Варить до тех пор, чтобы капнув данный сироп в холодную воду, он держал форму.

Поджаренные кусочки теста складывают на тарелку слоями друг на друга, поливая каждый слой сваренным сиропом, таким образом эти слои скрепляя между собой.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Общая характеристика литовской кухни. История и региональные особенности. Кулинарное наследие литовской кухни.
2. Набор традиционного и современного продовольственного сырья.
3. Перечислите основной ассортимент традиционных блюд литовской кухни.
4. Старолитовская кухня. Кухня литовского крестьянства.
5. Цепелины. Ассортимент, состав, этапы и специфика приготовления, способы подачи.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА № 7
ТЕХНОЛОГИЯ ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД
ФРАНЦУЗСКОЙ КУХНИ.
ОСОБЕННОСТИ ОФОРМЛЕНИЯ И ПОДАЧИ БЛЮД

Цель: получение практических умений и навыков приготовления блюд французской кухни.

План проведения лабораторной работы:

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты национальных блюд французской кухни (эклеры, профитроли, грибной киш и др.).
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные блюда французской кухни. В процессе приготовления провести контроль технологического процесса производства.
4. На основании полученных результатов (при необходимости) предложить возможные пути совершенствования рецептуры и технологии (с учетом использования регионального сырья и оборудования).

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Общая характеристика. Вот уже на протяжении нескольких столетий лучшей кухней в мире считается французская. Жители этой страны всегда высоко ценили умение красиво готовить, и искусством кулинарии интересовались не менее, чем театром или живописью. Для французской кухни как нельзя лучше подходит определение классической кулинарии. Вообще же различают общенациональную французскую кухню (с общими чертами для всей страны), региональную кухню (имеет местные особенности в каждом отдельном регионе страны) и изысканную кухню, блюда которой готовят не повседневно и подают исключительно в самых высококлассных ресторанах.

Французские повара – авторы многих блюд и их названий, которые успешно трансформировались в кухни и кулинарный лексикон народов всего мира. Достаточно назвать такие блюда, как фрикадельки, антрекот, омлет, рулет, майонез, соус. Последний по праву считается рожденным во Франции. Именно по разнообразию приготовления соусов судят об уровне развития кулинарного искусства. Во Франции насчитывается до трех тысяч рецептов соусов! В книге Ж. А. Брийя-Саварена «Физиология вкуса (книга для гурманов)» есть такое мудрое и справедливое изречение: «Можно научиться варить и жарить, но научиться готовить соусы нельзя, для этого нужен талант, и с этим талантом нужно родиться». Французы считают, что соус – самое главное в любом блюде. У всемирно признанной французской кухни длинная история, ведущая свое начало со времен галлов, любимым блюдом которых был жареный дикий поросенок, нашпигованный чесноком и гарнированный зайцем, каплуном или иной дичью. Существенное влияние на формирование французской кухни оказали римляне. В раннем средневековье на застольях во Франции поедали значи-

тельное количество мяса, рыбы, птицы и хлеба. Бедные семьи питались преимущественно кашей, бобовыми, изредка употребляли сыр и рыбу, и эта пища была пресной. Кухня состоятельных граждан отличалась большим разнообразием и вкусом. Со временем блюда французской кухни становились все более и более изысканными. Теперь ее принято называть «высокой кухней». Но «высокая кухня» – судьба ресторанов. Гораздо интереснее заглянуть на кухню жителей разных уголков Франции, туда, где традиционная французская кухня осталась практически без изменений.

Всю кухню Франции можно разделить на три стиля:

1. *Cuisine de terroir* (региональная) – является более деревенской. Особое внимание в этом кулинарном стиле уделяется местным продуктам и традициям приготовления пищи.

2. *Cuisine bourgeoise* (классическая) – включает в себя блюда, в которых используются сливочные соусы.

3. *Haute cuisine* (ресторанная) – предлагает элегантную и изысканную еду. В рецептах используются дорогие и необычные ингредиенты. Большое внимание уделяется презентации блюда.

Французская кухня отличается региональностью. В связи с особенностями расположения и климатических условий в каждой провинции и даже в каждом уголке провинции готовят по-разному и отдают предпочтение своим местным блюдам. Так, на юге Франции кухня острая и пряная, с большим количеством чеснока и лука в блюдах. На побережье готовят много блюд из рыбы и морепродуктов. На юго-западе предпочитают густые наваристые супы. Особая кухня в Нормандии. Меккой гурманов считается Лион. Жители этих мест уверены, что у них лучшая кухня во Франции. На кухню севера Франции повлияли бельгийцы. Граничные области, такие как Шампань, Лангедок и Гасконь, подверглись воздействию кулинарных особенностей соседних стран – фламандцев, немцев и испанцев – и в свою очередь добавили эти заимствования в современную французскую кухню. Кухня Прованса привнесла во французскую кулинарию умеренное и целесообразное использование пряных трав, фруктов и овощей в большом количестве, блюд с самой разнообразной основой.

В каждом регионе Франции есть свои особенности приготовления еды. В средиземноморской кухне блюда готовятся на оливковом масле, с томатами и травами.

На северо-западе предпочитают сливочное масло, кислые сливки и яблоки, а на северо-востоке – пиво и квашеную капусту.

Южане активно используют свежие овощи и фрукты. Еще одной отличительной чертой французской кухни является особая подача даже простых блюд. Французы обращают внимание не только на вкусовые качества еды, но и на ее внешний вид.

История французской кухни

Классическая французская кухня ведет свое начало от короля Франциска I, правившего в XVI в. В это время появилась так называемая «буржуазная кухня», являющаяся нечто средним между кухней простого народа и «высшей ку-

линарией». Обед обычного буржуа начинался с вступления (закусок и первого блюда), затем подавалась основная часть (блюда из мяса и рыбы), а в качестве завершения трапезы употребляли сыры и фрукты. Уже в это время появились высококлассные парижские рестораны, клиентами которых стала французская аристократия и знатные иностранцы.

В XVIII в. Франция стала занимать одну из ведущих ролей в Европе, вследствие чего французская кухня распространилась среди всей европейской аристократии. Французские кулинары очень ценились при дворах других стран, так как умели почти до неузнаваемости изменить вкус продукта сочетаниями различных ингредиентов и создать роскошную сервировку стола.

Набор традиционного и современного продовольственного сырья. На берегу моря богатый выбор рыбы и морепродуктов. Во всех уголках Франции без исключения на выбор предлагаются любые овощи и корнеплоды – картофель, различные сорта лука, стручковая фасоль, шпинат, разная капуста, помидоры, баклажаны, сельдерей, петрушка, салаты.

Еще одна характерная черта французской кухни – широкое использование, особенно на гарнир ко вторым блюдам, артишоков, спаржи, салата-латука.

Спаржа – очень распространенный во Франции овощ, в пищу употребляют молодые ростки с головками, которые еще не распустились. Спаржа отличается приятным специфическим вкусом и ароматом. Крупную спаржу используют для приготовления вторых блюд, мелкую – для гарниров и супов.

Бретань и Нормандия славятся своими огромными артишоками не менее, чем устрицами и рыбой. О небе в Нормандии говорят, что его не видно из-за яблок, которые широко применяют в кулинарии и виноделии. Популярны во Франции различные виды трав и пряных овощей – эндивий, кресс-салат, порей.

Для приготовления своих кулинарных шедевров французы северных и центральных провинций чаще используют сливочное масло, на юге – оливковое. Одна из особенностей французской кухни – достаточно сдержанное отношение к молочным продуктам и в то же время широкое использование сыра.

Сыры и вина – всемирно известные продукты массового производства и экспорта из Франции. Во Франции производятся более десятка сортов сыра; самый любимый – рокфор, рецепту изготовления которого по легенде насчитывается более 2 тыс. лет. Рокфор считается королем всех сыров. Всемирно известны также французские грюер, камамбер и др.

Кроме основных видов сырья во Франции для приготовления блюд используют и экзотические виды сырья: улитки и лягушачьи окорочка. Считаются съедобными два вида улиток: одни – достаточно большие с желтой раковиной в полоску (бургундские улитки), другие – мелкие, темного цвета, тоже полосатые. Большие улитки подают в своих раковинах, приправленными сливочным маслом, чесноком, луком, петрушкой и другими травами. Из другого вида готовят соусы или рагу. Полуфабрикат лягушачьих лапок, нанизанных на нитку, можно купить в любом магазине.

Способы кулинарно-технологической обработки при производстве полуфабрикатов и блюд. Приготовление пищи для французов – одухотворенное искусство, каждый кулинар «читает» рецепты приготовления блюд по-своему.

Французская кухня отличается использованием различных способов технологической обработки сырья для производства блюд. Французы для приготовления национальных блюд применяют различные способы тепловой обработки: варку в воде и на пару, припускание, жарку на сковороде, вертеле и решетке, тушение и запекание.

Франция славится своими методами приготовления пищи, многие из которых были заимствованы другими кухнями мира:

1. *Mise en place*, что на французском языке означает «все на своем месте», – главная концепция французской кухни. Ее суть заключается в подготовке помещения перед приготовлением пищи: специи под рукой, ингредиенты нарезаны и порционированы, а необходимые инструменты для всего предстоящего процесса находятся в пределах доступности.

2. Работа ножом – некоторые французские рецепты требуют специфической работы ножом. Овощи нарезаются тонкими полосками или маленькими кубиками, а зелень рвется руками.

3. *Sautéing* (переводится как «прыжок») – это способ приготовления пищи, при котором растительные продукты быстро обжариваются на сковороде на среднем или высоком огне с использованием небольшого количества оливкового или сливочного масла.

4. *En papillote* (в переводе на русский означает «в бумаге») – суть этого метода в том, что рыба, куриная грудка или овощи запекается в пергаментной бумаге или алюминиевой фольге. Благодаря этому еда доводится до нужной текстуры и степени готовности.

5. Фламбирование – это кулинарный прием тепловой обработки. В основном этот метод используется для десертов. Перед подачей блюдо обливают спиртным напитком и поджигают. В результате пикантный вкус алкоголя передается пище.

Особенность приготовления или подачи некоторых блюд французской кухни – применение такого способа тепловой обработки, как фламбирование (рисунок 32). Это достаточно простой способ, при котором продукты нужно облить небольшим количеством спирта или подогретого крепкого напитка (рома, бренди или коньяка) и поджечь. При этом спирт, содержащийся в крепком напитке, выгорает, а оставшийся «букет» частично впитывается продуктом. В результате готовое блюдо приобретает изысканный аромат. Но главная цель этой тепловой обработки – это создание хрустящей корочки. Сначала фламбированию подвергали только готовые продукты животного происхождения и пудинги. Затем фламбирование стало использоваться как эффектный элемент подачи.

Во французской кулинарной практике, особенно в кондитерском производстве, часто готовят растворы сахара (сиропы) различной концентрации. Загущение, как способ удаления влаги из жидких продуктов, применяют для производства ряда соусов и концентрированного бульона (фюме). Применяют и та-

кой способ обработки, как загущение блюд с помощью крахмала, соусов, хлебных крошек, протертой вареной крупы и т. п.

Особенностью нормандской кухни можно назвать широкое использование сливок для приготовления соусов, в которых запекаются свежие морепродукты.



Рисунок 32 – Фламбирование в французской кухне

Одна из особенностей французской кухни – использование вин, коньяков и ликеров в приготовлении блюд. Данный технологический прием придает блюдам этой кухни изысканность. Используются только натуральные сухие и полусухие красные и белые вина (очень кислые вина предварительно вываривают, чтобы снизить кислотность), а также ликеры и коньяки. В процессе кулинарной обработки вина и коньяки, как правило, вывариваются, винный спирт испаряется, а оставшиеся вещества добавляют пище неповторимый привкус и аромат. Вино служит также главной составной частью маринадов для мяса и бульонов для отваривания рыбы. Для маринадов чаще всего используют сухие виноградные вина.

Для химического разрыхления теста используют карбонат натрия, карбонат аммония или специальные пекарные порошки. При варке овощей строго соблюдается правило: свежие овощи опускают в кипящую подсоленную воду и варят в открытой посуде, сушеные овощи погружают в холодную.

В кулинарии французы широко используют сыры как компонент блюд и как самостоятельное блюдо, закуску или десерт.

Соусы готовят на самой разнообразной основе: на пассерованной муке и без нее, овощных отварах и молоке, с острыми приправами и сахаром, с белым вином и коньяком.

Основной ассортимент и технология традиционных блюд

Во французской кухне широко представлены зеленые салаты с заправками на основе сочетания различных продуктов – овощей, фруктов, мяса, рыбы, грибов, сыра, яиц.

Первые блюда – это чаще всего бульоны с различными гарнирами или пюреобразные супы. Ассортимент супов во французской кухне достаточно широк, например мясной бульон консоль, крем-суп с добавлением сливок или сливок и желтка, суп в горшочке потофё и мармит – бульон с поданным отдельно гарниром. В Париже очень популярен суп с луком. Он прост и пикантен одновременно, как все французское: посыпанные сыром и красным перцем обжаренные кусочки хлеба запекают в духовом шкафу вместе с предварительно обжаренным луком, размягченным в мясном бульоне. Во Франции готовят суп-пюре из лука-порея с картофелем; луковый суп, заправленный сыром.

На побережье популярен буйабес – рыбный суп из нескольких видов рыбы и моллюсков. Это любимый суп всех французов далеко за пределами его родины – Прованса.

На юго-западе густым наваристым супам с белой фасолью предпочитают потофё – мясной бульон из говядины с овощами и приправами.

Самый известный суп в Нормандии и Бретани – котриад. Считается, что он должен готовиться не меньше, чем из 12 видов рыбы. Но у берегов Бретани их гораздо больше.

В Бретани как ничто другое любят блюда из рыбы и морепродуктов (устриц, мидий). Также эта провинция известна великолепными блинчиками креп, рецептура начинки которых имеет массу вариаций.

Бургундия исторически славится своими редкими сортами сыров, коллекционного вина, блюдами из трюфелей и говядины. Фирменная приправа кулинаров Бургундии – дижонская горчица. Яблоки используют как гарнир, тушат, запекают. Еще в Нормандии готовят прекрасные омлеты и блинчики из гречневой муки. На севере Франции тушеный кролик в вине со сливками называется кролик по-фламандски. Так же, как и бельгийцы, французы любят цикорий, готовят айнтопф из лука, говядины и пива. В Ницце блюда готовятся с большим количеством помидоров.

В Лионе до сих пор верны своим традициям. И петух в вине, и лягушачьи лапки, улитки или копченая на можжевеловых ветвях колбаса готовятся здесь так же, как и сто лет назад.

Глазированный гусь (утка, курица) – фирменное блюдо Гаскони. Больше нигде в стране, кроме как в этой области Франции, птицу не консервируют в собственном жиру.

На юге прекрасно готовят соус айоли, его еще называют «чесночным майонезом» и подают к свежим и вареным овощам (картофелю, моркови, цветной капусте, артишокам), вареным улиткам, маленьким каракатицам, вареным яйцам и даже просто к белой хрустящей булке. Популярные также борделез, бешамель, бернез и другие соусы (рисунок 33).



Рисунок 33 – Соусы – необходимый компонент блюд французской кухни

Особо следует отметить производство вкусных десертов с широким применением сыра и вина. Из сыра готовят блюдо, которое пришло во Францию из Швейцарии и завоевало там широкую популярность – сырное фондю. А французские десерты признаны лучшими в мире. Это и вишневый пирог клафути, открытые торты с фруктами и знаменитый крем-брюле – сливки, запеченные с карамельной корочкой, – король всех десертов.

Французы отдают предпочтение белому хлебу, хотя употребляют и ржаной.

Из горячих напитков французы предпочитают кофе, реже употребляют чай и какао. Из яблок готовят шипучее яблочное вино.

Во Франции вин такое множество, что невозможно даже перечислить самые популярные. Единственное, что можно сказать: по потреблению вина Франция лидирует в мире, так же как и по производству сыров.

Рататуй (фр. Ratatouille – образовано от двух слов, обозначающих «еда» в просторечном варианте и «мешать») – традиционное овощное блюдо французской кухни. Родиной рататуя считается территория современной Ниццы. Исторически рататуй был блюдом небогатых крестьян и готовился летом из доступных овощей (рисунок 34).



Рисунок 34 – Рататуй, форма подачи

В классическом рецепте обязательно используются свежие перцы, баклажаны, помидоры и кабачки (цуккини), а особую аутентичность блюду придают прованские травы – фенхель, мята, розмарин, тмин, базилик. Три составляющие рататуя – это соус, овощи и заправка.

Режим питания. Ни одна трапеза во Франции не происходит без сыра. Различные сорта сыра в ассортименте предлагают на большом подносе.

Завтрак очень простой: кофе с молоком, немного хлеба, булочка или рогалик и масло. Как говорят в народе, француз начинает свой рабочий день с полупустым желудком и светлой головой. Второй завтрак – в полдник. Он сытнее, чем, скажем, завтрак в Англии, но не тяжелый. Обычно это закуска – сардины, или салат из свежих огурцов, или колечко колбасы, немного масла и больше хлеба; затем жареное мясо и рыба, овощи, салат, сыр, фрукты, чашка кофе. Некоторые французы вместо кофе пьют чай или какао.

Французы предпочитают употреблять пищу в условиях тишины и покоя, выбирают любимые блюда из широкого ассортимента меню, довольствуясь при этом небольшими порциями каждого блюда.

В 17:00 – полдник для детей: тартинка со сливочным маслом и кусочек шоколада.

Вечером, после 19:00 – поздний семейный обед, на который предлагают суп, жаркое или рагу, овощи, десерт. Мясные супы варят обычно два раза в неделю, в остальные дни употребляют овощные супы, приправленные луком, яйцами и маслом.

ЗАДАНИЕ И ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ

(выполняется группами по четыре-пять человек)

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты французских национальных блюд: грибной киш, рататуй.
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.

3. Приготовить национальные русские блюда – кулебяка и блины с припеком.

Профитроли

Рецептура на 100 шт.

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Заварной полуфабрикат		
Мука	495	495
Яйца	20 шт.	858
Сахар	33	33
Соль	9,9	9,9
Сливочное масло	330	330
Вода	825	825
Крем творожный		
Творог (9%)	1980	1980
Сахарная пудра	297	297
Клубника	396	330
Сметана	990	990
Выход		100 шт. по 50 г

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Приготовление теста: в сотейнике смешать воду, соль, сахар и нарезанное кубиками масло. Тем временем просеять муку и, когда смесь закипит, быстро всыпать всю сразу. Интенсивно мешать на среднем огне, выпаривая лишнюю влагу. Через 2–3 мин должно получиться гладкое тесто, которое скатается в шар, а дно кастрюли покроется тонкой корочкой. Снять с огня и переложить в миску или чашу для взбивания. По одному добавлять яйца в горячее тесто, каждый раз очень хорошо вымешивать. Если мешать миксером, то на низких оборотах, если руками, то с помощью пластиковой или деревянной лопатки. Должно получиться очень гладкое и глянцевое тесто. Если провести по нему бороздку, она должна сразу закрыться. Выложить тесто в кондитерский мешок с насадкой закрытая звезда и дать отдохнуть в холодильнике примерно 20–30 мин. Отсадить эклеры на противень, застеленный бумагой для выпечки, в шахматном порядке, для хорошей циркуляции воздуха. Параметры в электрической духовке с конвекцией: первые 15 мин нужно печь при 220 °С, потом убавить до 180 °С, выпекать до уверенной золотистой корочки. Вынуть из духовки и дать остыть.

Крем: творог протереть через сито или перемолоть блендером. Сметану взбить с сахарной пудрой до пышности, добавить творог и еще раз взбить 1 мин до однородности. Подмешать клубнику (при желании).

Начинить эклеры кремом: или внизу ножом прорезать дырочки и выдавить крем с помощью маленькой насадки, или разрезать пополам, положить крем и накрыть второй половинкой (рисунок 35).



Рисунок 35 – Профитроли с клубникой

Киш с брокколи

Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Мука пшеничная	250	250
Масло сливочное	125	125
Яйца куриные	1 ¾ шт.	65
Вода	30	30
Крахмал	30	30
Соль	10	10
Фарш		
Брокколи	270	250
Яйца	3 ½ шт.	130
Сливки	125	125
Мускатный орех	5	5
Молоко	75	75
Твёрдый сыр	70	70
Соль	8	8
Перец	5	5
Выход	–	1000

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Муку перемешать с миндалем/крахмалом, просеять. К муке добавить мягкое сливочное масло. Все перетереть до получения крошки. Яйцо взбить с холодной водой и солью. Влить яйцо в масляную крошку, перемешать. Быстро

замесить тесто, собрав его в шар. Завернуть тесто в пищевую пленку и убрать в холодильник на 30 мин.

Отварить брокколи в кипящей подсоленной воде в течение 5 мин. Откинуть капусту на сито, чтобы стекла вода. Охлажденное тесто раскатать в круглый пласт толщиной около 0,5 см и размером больше диаметра формы. Форму смазать маслом. При помощи скалки перенести тесто в форму. Распределить тесто по форме, формируя бортики. На тесто равномерно выложить соцветия брокколи. Сыр натереть на мелкой терке. Яйца взбить с молоком и сливками, посолить, поперчить. Добавить тертый сыр, мускатный орех, перемешать. Залить полученной смесью пирог. Если бортики получились выше заливки, можно их немного опустить, придавив вилкой. Выпекать киш с брокколи в разогретой до 180 °С духовке 35 мин. Дать немного остыть и вынуть из формы (рисунок 36).



Рисунок 36 – Киш с брокколи

Цыплёнок гриль в цитрусовой глазури

Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Цыпленок	1000	940
Сливочное масло	70	70
Оливковое масло	38	38
Чеснок	31	25
Сушеный тимьян	6	6
Кайенский перец	3	3
Цедра лимона	13	13

Цедра лайма	6	6
Сок лимона	50	50
Сок лайма	25	25
Мёд	38	38
Соль	13	13
Чёрный перец	10	10
Выход	–	1000

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Кухонными ножницами разрезать тушки по обеим сторонам хребта, хребет удалить. Разрезать птицу пополам по грудине, затем расплющить скалкой. Взбить сливочное масло, ввести в него 1 ст. л. оливкового масла, тимьян, чеснок, кайенский перец, соль, перец, лимонную и лаймовую цедры, лимонный и лаймовый сок (по 15 мл – 1 ст. л.). Пальцами осторожно отделить кожу на каждой грудке. Ножом с круглым кончиком или маленьким шпателем равномерно размазать сливочную смесь между кожей и мясом. Подготовить гриль, противень застелить бумагой или фольгой. Уложить половинки тушек грудкой вниз на противень гриля. Жарить 20–25 мин, перевернуть и жарить еще минут 5–10, пока сок, вытекающий из грудки не станет прозрачным. Смешать оставшееся оливковое масло, лимонный и лаймовый сок и мед. Смазать полученной смесью курицу за 5 мин до готовности (рисунок 37).

Подавать с салатом из свежих помидор.



Рисунок 37 – Цыплёнок гриль

Мусс из куриной печени

Рецептура

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Куриная печень	485	450
Сливочное масло	175	175
Лук репчатый	105	90
Чеснок	20	15
Сушеный тимьян	3	3
Бренди	45	45
Соль	15	15
Перец чёрный	10	10
Луковый маринад		
Сливочное масло	30	30
Красный лук	500	450
Чесок	20	15
Сушеный тимьян	3	3
Красный винный уксус	45	45
Мед	30	30
Изюм	40	40
Выход	–	1100

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Зачистить куриную печень, срезав жилы или жир. В толстой сковороде растопить на среднем огне 30 г сливочного масла. Положить на сковороду лук и жарить 5–7 мин до мягкости и золотистого цвета, затем добавить чеснок, жарить еще 1 мин. Прибавить огонь до среднего уровня, заложить куриную печень, тимьян, соль и перец. Жарить 3–5 мин, пока печень не зажарится, часто помешивая, внутри печень должна остаться розовой, но не сырой. Влить бренди и жарить еще минуту. Шумовкой переложить печень в кухонный процессор с металлической насадкой-ножом. Влить масло, в котором она жарилась, и измельчать еще 1 мин, или пока масса не станет однородной, один раз снять смесь со стенок. Пока процессор включен, добавить оставшееся сливочное масло, по несколько кусочков, дать ему смешаться с печеночной массой. Потереть смесь для мусса через мелкое сито деревянной ложкой или резиновой лопаточкой. Застелить форму для хлеба емкостью 500 мл полиэтиленовой пленкой, расправить все складки. Влить в выстланную форму смесь для мусса. Дать остыть, затем накрыть и держать в холодильнике, пока не затвердеет.

Для приготовления лукового маринада разогреть сливочное масло в толстой сковороде на среднем огне, положить лук и жарить, пока лук не станет мягким и не зарумянится. Добавить чеснок, тимьян, уксус, мед и изюм, перемешать, жарить под крышкой 10–15 мин, пока лук не станет мягким, напоминающим джем. Переложить ложкой в миску и охладить до комнатной температуры. Перед подачей на стол обмакнуть форму для хлеба на 5 с в горячую воду,

насухо вытереть и опрокинуть на доску. Снять форму, убрать пленку и разровнять поверхность мусса ножом. Подавать, нарезав ломтиками, с небольшим количеством лукового мармелада и салатом из зелени (рисунок 38).

Мусс можно хранить в холодильнике 3–4 дня.



Рисунок 38 – Мусс из куриной печени

Рататуй

Рецептура на 1000 г.

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Соус		
Болгарский перец	373	336
Помидоры	250	224
Лук репчатый	116	101
Прованские травы	6	6
Овощная основа		
Цуккини	120	112
Баклажан	182	168
Помидоры	305	280
Заправка		
Оливковое масло	20	20
Соль	6	6
Чеснок	25	17
Зелень	32	28
Чёрный перец	5	5
Выход	-	1000

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Для приготовления соуса перцы выложить на противень и запекать в духовке около 30 мин при температуре 180 °С. Дать перцу остыть, затем избавиться от кожицы и семян, нарезать его кубиками. Лук измельчить. Помидоры очистить от кожицы (для этого можно обдать их кипятком) и нарезать кубиками. Лук обжарить на растительном масле, добавить перец и помидоры, посолить и тушить, пока соус не начнёт густеть. Затем пюрировать соус в блендере, добавить прованские травы и перемешать. Выложить соус равномерно на дно формы для запекания.

Баклажаны посолить (можно выдержать в солевом растворе), оставить на полчаса, а затем промыть в холодной воде. Нарезать цуккини, баклажаны и помидоры тонкими кружочками. Выложить, чередуя, кружочки овощей в форму для запекания.

Для приготовления заправки измельчить зелень и чеснок, смешать масло, чеснок и зелень, посолить и поперчить. Полить получившейся заправкой овощи, накрыть фольгой и выпекать в духовке при температуре 180 градусов в течение часа. При желании перед подачей рататуй можно сбрызнуть бальзамическим уксусом.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Общая характеристика французской кухни.
2. Традиционное и современное продовольственное сырье французской кухни.
3. Особенность приготовления или подачи некоторых блюд французской кухни.
4. Основной ассортимент и технология традиционных блюд.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА № 8

ТЕХНОЛОГИЯ ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД ИТАЛЬЯНСКОЙ КУХНИ. ОСОБЕННОСТИ ОФОРМЛЕНИЯ И ПОДАЧИ

Цель: получение практических умений и навыков приготовления блюд итальянской кухни.

План проведения лабораторной работы:

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты и технологические схемы блюда итальянской кухни (пицца, лазанья, панеттони и др.).
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные блюда итальянской кухни. В процессе приготовления провести контроль технологического процесса производства вышеперечисленных блюд.
4. На основании полученных результатов (при необходимости) предложить возможные пути совершенствования рецептуры и технологии.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Общая характеристика. Кухня Италии известна в мире как одна из самых оригинальных и «артистических». Итальянская кухня проще, чем французская, в ней меньше изысканности, зато она основана на сезонных продуктах. В последнее время она стала очень популярной во многих странах.

Чтобы понять все ее тонкости, а также и особенности итальянского рынка, надо кое-что знать из ее истории. Целостная Италия – государство достаточно молодое, ей всего около 100 лет. Поэтому особенность итальянской кухни – ее региональные различия и придание отдельных предпочтений определенным продуктам и блюдам не только по регионам, но и в отдельных городах Италии. Так, традиционная кухня Неаполя отличается от кухни Венеции и т. д. Вообще, блюда юга Италии отличаются от тех, что готовятся на севере страны. Северная кухня более сытная, в ней чаще используются мясо и сливочное масло.

Традиции народной кухни в Италии очень сильны, во многих ресторанах блюда готовят по рецептам, известным еще с эпохи пунических войн, и очень этим гордятся. Все более популярный в мире фастфуд в этой стране не в чести.

Итальянская кухня в основном состоит из комбинации овощей, злаков, фруктов, рыбы, сыров и мяса, приготовленных на оливковом масле или приправленных им. При этом основа кухни не мясо, а скорее сыр.

Блюда в Италии в основном острые и пряные. Визитная карточка Италии – блюдо из макаронных изделий – паста. Происхождение макарон связывают с путешественником Марко Поло, который привез сюда из Китая в качестве сувенира палочки из рисовой муки. Подобные, но из пшеничной муки, научились изготавливать уже в Италии.

Набор традиционного и современного продовольственного сырья.

Основа практически всех национальных итальянских блюд – тесто, большое количество сыра, зелени и овощей, прежде всего томатов, а также оливкового масла.

Характерная особенность итальянской кухни – преимущественное использование макаронных изделий, которых в Италии множество. Наиболее распространены длинные тонкие спагетти, затем средние по размеру маккерони, длинные и пустотелые внутри букатини, тонкие вермичелли, тончайшие каппеллини, толстые короткие каннелони, специально предназначенные для фаршировки; также известны тальятелле (разновидность лапши), гноцци (небольшие клецки). Часто макароны окрашены в разный цвет натуральными красителями. Многочисленные сорта лапши – тальятелле, феттучини, тальолини, лингуини и палья-э-фьено – это целые мотки зеленой и желтой яичной лапши. В Италии широко используют в кулинарии рис. Часто употребляют в пищу морепродукты – моллюсков, крабов, омаров, лангустов, креветок, каракатиц.

Из овощей наиболее распространены различные виды салата, томаты, спаржа, капуста, картофель, стручковый перец, морковь. На юге используется больше овощей, особенно помидоров, баклажанов. Итальянцы очень любят маслины. Готовят блюда на оливковом масле.

В Италии большой выбор сыров: пармезан, моцарелла, горгонзола, маскарпоне. Сыры – одна из составляющих в рецептах большинства блюд.

Для приготовления блюд итальянцы используют много различных пряностей, специй и приправ: перец, базилик, розмарин, каперсы, мускатный орех, чеснок, лук, красный стручковый перец, сельдерей, томатное пюре.

Способы кулинарно-технологической обработки при производстве полуфабрикатов и блюд

Для заправки салатов и различных овощных блюд итальянцы пользуются оливковым маслом. К заправке добавляют немного уксуса, достаточное количество соли и много масла.

Итальянская кухня прославилась необычным способом приготовления овощей: их не варят, а тушат в собственном соку или опять же с оливковым маслом.

Итальянцы часто употребляют в пищу вареные, жареные, тушеные рыбу и морепродукты с различными гарнирами и острыми соусами. Любимые макароны отваривают, жарят и запекают. При приготовлении пасты макароны не ломают на мелкие части и не разваривают их окончательно, после варки промывают горячей водой и подают на стол или готовят из них запеканки. Сначала макароны отваривают до полуготовности, а затем соединяют фаршем из измельченного мяса с различными добавками, заливают соусом, посыпают сыром и доводят до готовности в духовке. Традиционно приготовленные макароны заправляют маслом, томатным соусом и тертым сыром. Макароны в Италии даже фаршируют. Пасту по-итальянски следует есть с помощью одной вилки.

Каждый сорт популярного в стране сыра служит своей кулинарной цели. Для пиццы используются такие сыры, как моцарелла, горгонзола. Также их до-

бавляют в сливочный соус, из нежной рикотты готовят десерты. Король сыров – пармезан, им посыпают почти все блюда – пасту, омлеты, салаты, карпаччо.

Основной ассортимент и технология традиционных блюд

Итальянская трапеза немыслима без салата из свежих овощей, заправленных уксусом и оливковым маслом, с сыром или хлебными палочками триссино. Салаты итальянцы готовят из различных овощей, но самые любимые из них – это красный салат радиччио, салаты из помидоров, различных видов перца.

Антипасто (переводится как «перед пастой») – это холодная или горячая закуска, состоящая из кусочков ветчины, маринованных грибов, маслин, анчоусов. Чрезвычайно популярная закуска в Италии – карпаччо (сырое маринованное мясо, нарезанное тонкими кусочками).

С овощами принято подавать ассорти из сухих и вареных колбас и ветчины, а с гарниром из свежей дыни – классическую пармскую ветчину.

Суп – не изобретение итальянцев, еще пять веков назад о нем в Италии ничего не знали. Однако название этой группы блюд происходит от итальянского «зирра». Итальянцы преимущественно употребляют прозрачные бульоны и кремообразные супы. Также любимое блюдо итальянцев – суп в горшочке. Всемирно известный национальный итальянский овощной суп в горшочке минестроне, который готовят из семи ингредиентов – семи видов овощей, мяса и приправ, которые по легенде символизируют семь добродетелей кардинала. Также популярны суп павезе (с тертым сыром, гренками и зеленым луком) и суп из манной крупы страчателла. Разновидностью ухи является деликатесный суп из нескольких видов рыбы и моллюсков дзупа ди пепе, который подают в раковинах.

На юге страны в меню значительное место занимают морепродукты, особенно вкусные запеченная меч-рыба и мидии самых невероятных способов приготовления. Даже в пиццу идут креветки и мидии, а пасту подкрашивают чернилами каракатицы.

Традиционные блюда из мяса – баранина в белом вине с розмарином, нежная телячья рулька, жареное говяжье филе турнедо, телячий шницель по-тоскански, клецки по-венециански. Из традиционных итальянских блюд следует вспомнить белую фасоль по-флорентийски.

Визитная карточка Италии – паста, разновидностей которой нет счета. Родина пасты – Калабария, где очень серьезно относятся к ее приготовлению. Знамениты и любимы спагетти а-ля карбонара (рисунок 39) (с беконом, желтками, сливками и черным перцем), спагетти из Болоньи (с клецками из мяса и сыра).



Рисунок 39 – Спагетти а-ля карбонара

Вообще соусов для заправки пасты огромное множество, в том числе с мясом, рыбой, курицей, овощами и массой других вкусных продуктов. В пасте главное – соус (чем короче и толще макароны, тем гуще соус), а также высококачественный сыр. Именно сыр, который содержит много белка, придает итальянской диете с высокоуглеводной пастой сбалансированность.

К пасте относятся также небольшие квадратные равиоли и тортеллини, а также аньолотти, панчутти, офелле и капелетти, которые представляют собой изделия из теста с различной начинкой, похожие на пельмени, но очень отличаются от них по вкусу. Их также подают с томатным соусом и тертым сыром. Начинка может быть мясная, сырная, из шпината, реже — из грибов и даже из тыквы.

Популярностью в Италии пользуются такие блюда, как пастиччо ди лазанья или просто лазанья – своеобразная запеканка из широких полосок того же теста, что используется для яичной лапши, с томатным соусом, соусом бешамель, мясом и сыром, иногда со шпинатом (лазанья «Верди»), а также каннеллони – трубочки из теста с фаршем из шпината, сыра и яиц.

Среди других блюд итальянской национальной кухни особой популярностью пользуется ризотто – плов с креветками, зеленым горошком, грибами, ветчиной.

Вообще рис готовят в Италии часто и не только на гарнир, но и как самостоятельное блюдо с добавлением лука, чеснока, томатов, сыра, майонеза, грибов и сельди.

Особую роль играет полента – круто сваренная каша из кукурузной муки. Ее чаще всего подают к столу нарезанной ломтиками как гарнир к основным блюдам.

Особую любовь в стране и во всем мире благодаря скорости приготовления и возможности использования самых различных продуктов получил итальянский открытый пирог с разнообразной начинкой – пицца. Происходит это популярное мучное блюдо из Неаполя. В различных регионах Италии ее готовят по-разному: на юге – с помидорами, оливками и анчоусами или морепродуктами, на севере – с колбасой и грибами. Готовят настоящую пиццу в дровяной печи; она должна быть очень тонкой и покрыта томатами, моцареллой, орегано и анчоусами.

В Италии готовят и отличные десерты; такого количества сортов мороженого (джелато) не сыскать нигде в мире. На десерт подаются также засахаренные орешки и фрукты всех видов, различные сорта шоколада и легкого печенья и даже кусочки мягкого сыра.

К кофе подаются дольки – кусочек торта (лимонное, творожное коричневое тирамису, ромовый бисквит), пирожные пизо, трубочки канноли или один из многочисленных сортов мороженого (от фруктового шербета до чесночного мороженого или мороженого со вкусом пармезана). Всемирно известный тирамису – это увлажненное в кофе савойское печенье или бисквит с кремом, посыпанный тертым какао.

Кофе заслуживает отдельного внимания. Его здесь пьют много и часто, поэтому и способов приготовления кофе множество. Итальянцы предпочитают капучино – черный кофе с небольшим количеством молока или сливок в виде шапки. Если это завтрак, то пьют капучино, если время полуденное – эспрессо, который могут пить целый день. На юге пьют очень крепкий кофе, поэтому готовят его с меньшим количеством воды, на севере – более разбавленный. Каффе каретто – это тот же эспрессо, к которому добавляется небольшое количество граппы.

Превосходное качество имеют итальянские вина, без которых нельзя представить местный стол. Практически по всей стране, в каждом регионе производят свои сорта вина.

Режим питания. Завтрак у итальянцев, как правило, легкий: хлеб, сыр, кофе. Большинство итальянцев завтрак вообще практически игнорируют, заменяют его чашкой капучино.

Обед у итальянцев очень сытный. По традиции итальянская трапеза начинается с закусок (*antipasti*), например с закуски из кусочков ветчины или окорока с гарниром из дыни или персиков. Трапеза может начинаться с закусок сортов мороженого – чесночного или со вкусом пармезана. Затем подают салаты, за ними – основные блюда (суп, пасту или ризотто). Без пасты итальянский стол считается пустым.

Минестру (жидкое первое блюдо) чаще всего представляют супы шоре, прозрачные супы, густые овощные супы с макаронами, а также другие блюда из макаронных изделий. Важно, что после первого блюда или пасты итальянцы всегда едят зеленый салат. Горечь салата с оливковым маслом улучшает переваривание пищи. Кроме того, салат перебивает вкус предварительно употребляемых блюд. Далее подают десерт, или дольки. После десерта наступает время

пить кофе. После сытного обеда подают преимущественно легкий фруктовый десерт.

Ужин в основном легкий, часто состоит из какого-либо холодного блюда: салата, винегрета, помидоров, сыра.

Неотъемлемая часть обеда или ужина – красное или белое виноградное вино. Употребляют иногда после трапезы и десертное вино, но обязательно к кофе и десерту, чтобы почувствовать его нежный вкус и аромат. Как и во многих странах Европы, в Италии царит культ кофе.

Особенность итальянской трапезы – неспешность потребления пищи, наслаждение разговорами и хорошим вином.

ЗАДАНИЕ И ЭТАПЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНОЙ РАБОТЫ

(выполняется группами по четыре-пять человек)

1. Составить технологические (технологические и технико-технологические) карты итальянских национальных блюд: пицца, лазанья.
2. Рассчитать необходимое количество ингредиентов для приготовления блюд из расчета на одну группу по четыре-пять порций.
3. Приготовить национальные русские блюда – кулебяка и блины с припеком.

Пицца

Рецептура на одну порцию (1 шт.)

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Тесто		
Мука	550	500
Соль	7,5	7,5
Оливковое масло	15	15
Вода	250	250
Дрожжи (сухие)	2,5	2,5
Сливочное масло	15	15
Итого	–	790
Соус		
Томаты в собственном соку	200	200
Чеснок	17,5	15
Орегано сушеный	4	4
Базилик сушеный	4	4
Соль	7,5	7,5
Перец черный	4	4
Топинг		
Сыр Моцарелла	90	90
Помидоры	47,5	40
Базилик зелёный	6,5	5

Масло оливковое	15	15
Итого		150
Выход		750

Ингредиенты для одной пиццы

Тесто для пиццы – 270–300 г

Соус томатный – 100–130 г

Топинг

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Тесто. Растворить дрожжи в теплой воде, добавить соль, половину чайной ложки сахара, 150 г муки, выдержать 20 мин в теплом месте. Смешать все ингредиенты, замесить тесто. Поставить тесто в теплое место.

Соус. Вырезать место крепления плодоножки и нарезать мякоть томатов мелким кубиком. В сковороде нагреть столовую ложку оливкового масла. Сложить измельченные помидоры, которые можно пюрировать с помощью блендера. Тушить, помешивая, на среднем огне до мягкости томатов – 5–7 мин. Когда помидоры станут мягкими и превратятся в пюре, добавить сушеный базилик и орегано, соль, сахар, измельченный чеснок. Все перемешать и томить томатный соус еще 2–3 мин.

Тесто для пиццы раскатать толщиной 2–3 мм, диаметром 32–35 см (можно раскатать на пергаменте, присыпанном мукой, на нём же и выпекать пиццу, так корж не деформируется при переносе его на противень). На раскатанную основу выложить томатный соус. Сверху выложить натертый сыр и помидоры ломтиками 3–5 мм.

Выпекать в предварительно разогретой духовке (температура 250–270 °С) в течение 5–10 мин, пока тесто хорошо не подрумянится снизу (рисунок 40).



Рисунок 40 – Пицца

Лазанья

Ингредиенты на одну порцию

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Соус Болоньезе		
Оливковое масло	3	3
Лук репчатый	13	10
Морковь	9	7
Чеснок	4	3
Соль	3	3
Молотый перец	2	2
Сухие итальянские травы	1	1
Фарш (говяжий)	105	100
Томатная паста	3	3
Черный перец молотый	1	1
Красное вино сухое	25	25
Томаты в собственном соку	80	80
Свежий базилик	5	3
Соус Бешамель		
Чёрный перец	1	1
Сливочное масло	8	8
Мука	8	5
Молоко	80	80
Соль	2	2
Мускатный орех	1	2
Сыр	12	12
Дополнительные ингредиенты		
Листы для лазаньи	50	50
Сыр	45	45
Выход	–	270

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Соус Болоньезе

В большой кастрюле с толстым дном разогреть столовые ложки оливкового масла. Нарезать лук и натереть морковь на крупной терке. Добавить лук и морковь в кастрюлю и слегка обжарить. Выдавить зубчики чеснока и добавить сухие итальянские травы. Хорошо перемешать и продолжать тушить еще несколько минут. К овощам выложить фарш и готовить до готовности, размять фарш лопаткой. Добавить соль, молотый перец и томатную пасту, хорошо перемешать фарш. Влить красное вино и тушить 10 мин (по желанию). В конце добавить томаты в собственном соку и нарезанный базилик, перемешать, накрыть крышкой и тушить на медленном огне, периодически помешивая соус. После этого нужно дать соусу настояться.

Соус Бешамель

В сотейнике растопить сливочное масло. Всыпать муку в масло и хорошо перемешать венчиком до однородности. Постепенно влить молоко, постоянно перемешивать соус венчиком. Добавить натертый сыр, соль, перец и мускатный орех. Варить соус до загустения, на медленном огне постоянно перемешивая (примерно 10 мин). Снять с огня и дать остыть. После остывания соус еще немного загустеет.

Сборка лазаньи

Натереть на терке сыр. Форму 20×30 см немного смазать оливковым маслом. На дно формы выложить: немного соуса болоньезе, покрыть его листами лазаньи (листы лазаньи можно выкладывать без предварительной варки), выложить болоньезе (чтобы он покрывал листы пасты), после чего равномерно смазать соусом бешамель, посыпать сыром, снова листы лазаньи промазать болоньезе, полить соусом бешамель, посыпать натертым сыром, снова листы лазаньи и т. д. В конце в листы выложить, полить их только соусом бешамель и посыпать сыром, накрыть форму фольгой и запекать 45 мин при температуре 180 °С (350 F). После чего снять фольгу, посыпать лазанью натертым сыром и запекать еще 5–10 мин. Подавать лазанью сразу горячей (рисунок 41).



Рисунок 41 – Лазанья

Панеттоне (итальянский пасхальный кулич)

Рецептура на 1000 г

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Опара		
Молоко	120	120
Дрожжи свежие	15	15
Сахар	20	20
Мука	40	40
Тесто		
Сливочное масло	100	100
Яйцо	3 ½ шт.	130
Желток	50	50
Сахар	150	150
Мука	580	500
Соль	5	5
Изюм, цукаты	80	80
Выход	—	1000

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Растворить дрожжи в теплом молоке. Всыпать сахар, муку, размешать. Накрывать и оставить в теплом месте на 20–30 мин. Просеять муку с солью. Растереть яйца и желтки с сахаром и добавить их в опару. Постепенно всыпать муку с солью, понемногу добавлять мягкое сливочное масло, замесить мягкое тесто (не липнет к рукам, но не крутое). Вымешивать 10 мин. Оставить подходить 1,5–2 ч до увеличения его в объеме в 2 раза. Затем тесто обмять, добавить изюм и цукаты (предварительно обвалять в небольшом количестве муки). Слегка вымесить. Выложить тесто в приготовленную форму (половина массы от объема формы), оставить на расстойку (около 1 ч, пока тесто не подымится) при температуре 30 °С. Разогреть духовку до 190 °С. Выпекать 15 мин (форма 100 г), затем уменьшить температуру до 165 °С и выпекать еще 25–30 мин, проверять готовность деревянной палочкой или поварской иглой. Готовый кекс остудить (рисунок 42).



Рисунок 42 – Панеттоне

Тирамису 4 порции

Ингредиенты	Масса, г	
	брутто	нетто
Куриное яйцо	5 шт.	200
Сыр маскарпоне	313	313
Печенье савоярди	38 шт.	263
Сахарная пудра	94	94
Крепкий кофе	250	250
Кофейный ликер	50	50
Какао-порошок	100	100
Выход	–	1000

Выложить маскарпоне в широкую миску и интенсивно взбить лопаткой или венчиком до однородного состояния – консистенция сыра должна стать почти такой же, как у жирных сливок или густой сметаны.

Отделить белки от желтков. В одной миске взбить желтки и сахарную пудру добела и получившуюся массу постепенно добавить к маскарпоне, взбивая все вместе венчиком. Отдельно взбить белки и затем – по одной ложке – аккуратно вмешать в смесь желтков и маскарпоне.

Смешать охлажденный крепкий кофе с ликёром. Аккуратно обмакнуть в кофейную смесь треть или половину савоярди – в зависимости от ширины

формы, в которой вы хотите подавать десерт. Если форма не слишком широкая, тирамису можно сделать трехслойным, взяв по 10 шт. савоярди на слой.

Пропитанное печенье уложить на дно формы, сверху залить третью крема из маскарпоне. Окунуть вторую порцию печенья в кофейную смесь и плотно уложить на крем. Сверху выложить второй слой крема из маскарпоне, затем – оставшееся пропитанное печенье.

Залить верхний слой савоярди оставшимся кремом и слегка постучать по бокам формы лопаткой, чтобы слои сровнялись и печенье погрузилось в крем. Поставить форму в холодильник минимум на 3 ч, а лучше – на ночь.

Перед подачей готовый десерт посыпать какао – для этих целей лучше использовать мелкое сито, чтобы на поверхности не было комочков и слой получился равномерным (рисунок 43).



Рисунок 43 – Тирамису

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Характеристика ассортимента напитков и кулинарных изделий итальянской кухни.
2. Характеристика ассортимента холодных блюд и закусок в итальянской кухне.
3. Особенности приготовления, оформления и отпуска наиболее характерных блюд итальянской кухни (равиоли, ризотто, паста, лазанья, пицца и др.).
4. Блюда из морепродуктов в кулинарии Италии.

ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА № 9

КОНКУРС ТРАДИЦИОННЫХ НАЦИОНАЛЬНЫХ БЛЮД, ПРИГОТОВЛЕННЫХ НА ОСНОВЕ РЫБНОГО СЫРЬЯ

Цель: получение практических умений и навыков самостоятельного освоения технологий приготовления и сервировки национальных блюд народов Российской Федерации, стран СНГ и Европы.

План проведения лабораторной работы:

Приготовить фирменное блюдо, характеризующее национальную кухню, основным сырьем для приготовления которого является рыба (морская или пресноводная).

Этапы проведения:

1-й этап. Группа студентов (2–3 чел.) на основании полученных знаний обосновывает выбор национальной кухни (с учетом ограничения) и предлагает фирменное блюдо, которое должно являться показательным и концептуальным, для выбранной национальной кухни и отражать национальную специфику и характерные для нее технологические приемы.

2-й этап. Составление технико-технологической карты блюда.

Первый и второй этапы оформляются конкурсантами в форме проекта, на основании которого они будут допущены жюри (в качестве жюри на данном этапе выступают преподаватели и инженеры кафедры технологии продуктов питания) к следующему этапу.

3-й этап. Приготовление блюда в соответствии с предложенной технологией. Подача блюда для дегустации членам жюри с использованием правил подачи и национальной посуды. В качестве жюри на данном этапе выступают сотрудники кафедры ТПП и приглашенные гости.

При оценке блюда должно быть учтено:

- грамотное аргументирование выбора национальной кухни и блюда, которое ее представляет, четкость и логичность объяснения (1-й этап), максимальное количество очков 5 баллов;
- грамотность оформления технико-технологической карты (2-й этап), максимальное количество очков 3 балла;
- органолептические характеристики блюда, его концептуальность (внешний вид, вкус, аромат, консистенция), максимальное количество очков 10 баллов;
- правильность подачи, в соответствии с традициями, характерными для данного вида кухни, максимальное количество очков 4 балла.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Виды национальных кухонь, в которых рыбное сырье являлось характерным для приготовления блюд.
2. Первые рыбные блюда национальных кухонь России, стран СНГ, прибалтийских стран, кавказской кухни и Европы. Наименование, состав, этапы приготовления, способы подачи.
3. Вторые рыбные блюда национальных кухонь России, стран СНГ, прибалтийских стран, кавказской кухни и Европы. Наименование, состав, этапы приготовления, способы подачи.
4. Использование рыбы в мучных изделиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Технология кулинарной продукции за рубежом: учебник / под ред. А. Т. Васюковой. – Москва: Дашков и К°, 2020. – 368 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: по подписке. – <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573206> (дата обращения: 19.12.2020).
2. Кухня народов мира: учеб. пособие / авт.-сост. В. В. Марченко, Н. В. Судакова; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 149 с. – Текст : электронный. – Режим доступа: по подписке: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459071> (дата обращения: 19.12.2020).
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий кухонь народов России для предприятий общественного питания: практ. пособие / под ред. А. Т. Васюковой. – 2-е изд. – Москва: Дашков и К°, 2018. – 208 с. – Текст: электронный. – Режим доступа: по подписке: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496078> (дата обращения: 19.12.2020).
4. Кухни народов мира: в 31 т. / Т. Киреева; гл. ред. А. Барагамян. – Москва: Директ-Медиа, 2010. – Т. 1. Русская кухня. – 70 с.
5. Похлебкин, В. В. Национальные кухни наших народов: Основные кулинарные направления, их история и особенности. Рецептура / В. В. Похлебкин. – Москва: Пищевая промышленность, 1980. – 302 с.
6. Ковалев, Н. И. Технология приготовления пищи: учебник / Н. И. Ковалев, М. Н. Куткина, В. А. Кравцова; под ред. М. А. Николаева. – Москва: Деловая литература, 2005. – 467 с.
7. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / сост. Л. Е. Голунова. – Санкт-Петербург: Профессия, 2001. – 688 с.
8. Сборник рецептов мучных кондитерских и булочных изделий для предприятий общественного питания / сост. А. В. Павлов. – Санкт-Петербург: Гидрометеиздат, 1998. – 299 с.

Пример оформления технико-технологической карты

«УТВЕРЖДАЮ»
Руководитель предприятия

(Подпись)

Ф.И.О.
«__» _____ 20__ г.

Технико-технологическая карта № _____

Название блюда, изделия

1. Область применения

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо

вырабатываемое _____ и филиалах (указать)...

2. Перечень сырья

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления _____

(наименование блюда, изделия),

должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификаты, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3. Рецепт, технологический процесс

Наименование сырья и продукта	Расход сырья и продуктов на одну порцию, г (1 кг)		
	масса брутто	масса нетто	масса готового продукта
Выход блюда (изделия)			

4. Технологический процесс

Учебное издание

Марина Николаевна Альшевская

НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ

Редактор Е. Билко

Подписано в печать 20.06.2022 г. Формат 60 × 90 (1/16). Уч.-изд. л. 9,9.
Печ. л. 7,6. Тираж 27 экз. Заказ № 45

Издательство федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Калининградский государственный технический университет».
236022, Калининград, Советский проспект, 1