

Тема учебного занятия: «Приготовление соусов»



**Выполнила мастер
производственного
обучения: Островская
Ирина Анатольевна**

***В результате учебной деятельности, обучающиеся
должны научиться:***

- Приёмам пассерования муки,
- Последовательности закладки продуктов,
- Доведению до вкуса,
- Приготовлению соусов с мукой: красный основной, белый основной, молочный, сметанный, грибной (основной),
- Приготовлению соусов без муки: соус польский, соус майонез, заправки, масляные смеси: масло зелёное, с горчицей; маринад овощной с томатом. Приготовлению соусов: сметанного с луком, сметанного с томатом, молочного, сладкого;
- Освоить безопасные методы и приемы труда при выполнении работ,
- Контролировать качество выполняемых работ;
- Рационально организовывать рабочее место;
- Соблюдать безопасные методы и приемы труда, пожарной безопасности и охране окружающей среды.



Немного истории

- Как говорил знаменитый кулинар Ансельм Брийя-Саварен : “...Можно научиться варить и жарить, но научиться готовить соус нельзя, для этого нужен талант, и с этим талантом нужно родиться...”
- «Соус буквально значит «солончатый», «подсоленный». Это слово латинского происхождения через французскую кухню вошло во все европейские языки, в том числе и в русский.
- Прототипом соусов в Древней Руси были взвары, поливы и подливки, более жидкие по консистенции.



Соусом называют **дополнительный компонент блюда**, характеризующийся полужидкой консистенцией, используемый в процессе приготовления блюда или подаваемый к готовому блюду для улучшения его вкуса и аромата. Соусы являются дополнением ко многим горячим и холодным блюдам. Значение их заключается в том, что они разнообразят вкус блюда, придают ему более сочную консистенцию, повышают калорийность, так как имеют в своем составе такие продукты, как сливочное масло, сметана, яйца, мука и др. Белки, жиры и углеводы в соусах легко усваиваются организмом.



Значение в питании

Многие соусы содержат значительное количество вкусовых веществ, специи, пряности, приправы, которые действуют возбуждающе на органы пищеварения. Таким образом, соусы способствуют возбуждению аппетита и лучшему усвоению пищи. Соусы улучшают внешний вид приготовленных блюд, так как многие из них имеют яркую окраску, которая выгодно оттеняет цвета основных продуктов.



Классификация соусов

1. По технологии приготовления — основные, производные; температуре подачи — горячие (75—80 °С) и холодные (8—14 °С);
2. По консистенции — жидкие (подаются к блюдам), средней густоты (используются для запекания), густые (используются для фарширования);
3. По наличию загустителя — с мукой, без муки, с крахмалом;
4. По виду жидкой основы — на бульонах, отварах, молоке, сметане, жирных сливках, сливочном масле, растительном масле, уксусе.



Полуфабрикаты для приготовления соусов: бульоны, мучная пассеровка, пассерованные овощи и томатное пюре.

Приготовление бульона

Для приготовления соусов используют мясной бульон (белый и коричневый), рыбный бульон, грибной отвар.

Белый бульон готовят из мясных и куриных костей так же, как для супов, но более концентрированный (1,5 л воды на 1 кг костей).

Коричневый бульон готовят из всех говяжьих, свиных, куриных, кроличьих костей, кроме трубчатых. Кости рубят, обжаривают до темно-золотистого цвета при температуре 160—170 °С в течение 1—1,5 ч. За 20—30 мин до окончания жарки добавляют морковь, петрушку, лук репчатый, нарезанные на куски произвольной формы. Все выкладывают в котел, заливают горячей водой (2,5—3 л на 1 кг костей), варят 5—6 ч при слабом кипении, периодически удаляя пену и жир. За час до окончания варки добавляют стебли укропа, мелкие корешки петрушки, сельдерея. Готовый бульон процеживают.

Грибные отвары из свежих и сушеных грибов готовят так же, как и для супов, но более концентрированным.

Используют также бульоны, оставшиеся после варки и припускания рыбы.



Мучная пассеровка

Придает соусам лучшие вкус и аромат, улучшает консистенцию. По способу приготовления мучные пассеровки бывают сухими и жировыми, а по цвету — белыми и красными. Чаще всего сухую пассеровку готовят красной или белой, а жировую — белой.



Для приготовления *красной сухой пассеровки* муку просеивают, пассеруют без жира при температуре 150—160 °С, периодически помешивая, до коричневого цвета и орехового запаха, охлаждают. Красную мучную пассеровку используют для приготовления красных соусов, иногда грибных.

Для приготовления *белой сухой пассеровки* муку просеивают, пассеруют без жира при температуре 120 °С, периодически помешивая, практически не допускают изменения цвета, но до появления орехового запаха, охлаждают.

Для приготовления *белой жировой пассеровки* муку просеивают, слегка подсушивают, добавляют маргарин и пассеруют, постоянно помешивая при температуре 120 °С, до слегка кремового цвета. Жировую пассеровку чаще используют для приготовления белых, молочных и сметанных соусов.

Общие этапы приготовления соусов с мукой

1. Приготовление жидкой основы соуса и мучной пассеровки.
2. Соединение жидкой основы соуса с мучной пассеровкой.
3. Варка соуса с добавлением входящих компонентов (пассерованных или сырых овощей, томатного пюре).
4. Доведение соуса до вкуса.
5. Процеживание соуса и протираание разварившихся компонентов.
6. Проваривание соуса в целях стерилизации и восстановления температуры.
7. Заправка соуса сливочным маслом.



Правила отпуска соусов

- 1 В основе принципа подбора и подачи соусов лежит способ тепловой обработки блюда, к которому соус подается.
- 2 Отварные, припущенные блюда рекомендуется поливать нежными соусами с тонким вкусом и ароматом, что придает им определенную сочность.
- 3 К жареным блюдам рекомендуют соусы пряные, с ярко выраженным вкусом; подливают рядом, чтобы не отмокла хрустящая корочка.
- 4 Не исключена подача соусов отдельно ко всем блюдам независимо от способа их тепловой обработки и температуры подачи.



5

Горячие соусы подаются выходом 50—100 г на порцию в соусниках из нержавеющей стали или из мельхиора, которые ставят на подставочные тарелки с салфеткой; рядом кладут чайную ложку. Горячие соусы с мукой «защипывают», т. е. сверху кладут кусочек сливочного масла или маргарина: тонкий слой растаявшего масла предотвращает образование пленки.

6

Холодные соусы также подаются выходом 50—100 г на порцию, а обладатели острого вкуса (соусы хрен, горчица, васаби и др.) — 20—30 г на порцию, в стеклянных или фарфоровых соусниках, которые ставят на подставочные тарелки с салфеткой; рядом кладут чайную или кофейную ложку.

7

В международной ресторанной кухне часто соусы используют для декорирования столовой посуды при подаче блюд.

8

Красный основной, белый основной, грибной соусы и их производные хранятся 3—4 ч; сметанный и его производные — 2 ч; молочный, сливочный соусы и их производные — 1,5—2 ч на мармите.

Приготовление соусов с мукой

Приготовление соуса красного основного

Состоит: из приготовления коричневого бульона, мучной пассеровки, пассерования овощей с томатом; соединения подготовленных компонентов и варки соуса; введения в соус вкусовых и ароматических продуктов – заправки соуса; процеживания. Из обжаренных костей варят коричневый бульон и процеживают его. Морковь, лук, петрушку мелко нарезают и пассеруют на жире 5–10 мин, затем вводят томатное пюре и пассеруют вместе ещё 10–15 мин. Приготавливают красную сухую пассеровку, охлаждают её до 70–80 °С и, помешивая, соединяют с частью бульона (1:4) до образования однородной массы. Если красный соус приготавливают на жировой пассеровке, то её разводят горячим бульоном до нужной густоты. Коричневый бульон (оставшуюся большую часть) доводят до кипения и вливают в него разведенную пассеровку, закладывают пассерованные с томатным пюре овощи и варят соус в течение 1 ч при слабом кипении. При варке соус становится вязким, так как происходит процесс клейстеризации крахмала, содержащегося в муке. За 10–15 мин до конца варки в соус добавляют соль, сахар, лавровый лист, молотый перец. Для улучшения вкуса можно добавить немного соуса «Южного» и мясного сока. Затем его процеживают через сито и протирают разваренные овощи, вновь доводят до кипения для стерилизации и увеличения срока хранения соуса.



Приготовление соуса белого основного на мясном бульоне

Для белого соуса приготавливают бульон. Коренья и лук нарезают соломкой. В посуде с толстым дном пассеруют муку на маргарине до кремоватого цвета. Горячую белую пассеровку разводят в несколько приемов горячим мясным бульоном (80 °С), размешивая деревянной веселкой, пока не образуется однородная масса. В разведенную пассеровку закладывают подготовленные овощи и варят 30 мин, во время варки с поверхности снимают пену. В готовый соус добавляют соль, лимонную кислоту, затем процеживают и вновь доводят до кипения. При процеживании разварившиеся коренья и лук протирают. Готовый белый соус заправляют маргарином, защищают поверхность, чтобы не образовалась пленка, и хранят на мармите. Подают к отварным и припущенным птице и мясу.



Приготовление соуса белого основного на рыбном бульоне

Белую жирную пассеровку разводят при нагревании горячим рыбным бульоном, вводят нарезанные соломкой пассерованные белые коренья и репчатый лук и варят 30 мин, снимая с поверхности пену. Добавляют соль, процеживают и доводят до кипения. Соус используют для приготовления производных соусов. Если соус применяют для запекания рыбы, его готовят без кореньев и лука. Перед подачей к отварной или припущенной рыбе соус заправляют лимонной кислотой и столовым маргарином.



Приготовление молочных соусов

Соусы молочные относят к группе горячих соусов, приготовленных с мукой, пассерованной до светло-кремового цвета на сливочном масле.

Существуют три вида молочных соусов: жидкий, применяемый для поливки овощных, крупяных и других блюд; средней густоты – для запекания (в соус добавляют сырые яичные желтки) блюд из овощей, мяса, рыбы, а также им заправляют припущенные и отварные овощи; густой – для фарширования котлет из птицы и дичи, изделий из мясной рубки, для добавления в качестве связующей основы в морковные котлеты, сырники и другие блюда.



Приготовление соуса молочного для подачи к блюду

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком или молоком с добавлением бульона или воды и варят 7-10 минут при слабом кипении, затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

Для приготовления «Соуса молочный с луком», лук репчатый пассеруют (масса нетто лука репчатого 250, 200г и масса масла сливочного 25, 20 г соответственно по I, II колонкам на 1000 г выхода соуса), соединяют с готовым соусом молочным (1000 г), варят 7-10 минут. Соус процеживают, протирая при этом лук, доводят до кипения и заправляют красным перцем.

Подают соус к котлетам натуральным и к жареному мясу.



Приготовление соуса молочного сладкого

Приготавливают жидкий молочный соус, в него добавляют сахар, ванилин, проваривают 3–5 мин. Соус молочный сладкий подают к сырникам, пудингам, запеканкам из круп и творога.



Приготовление соуса сметанного

Приготавливают белую сухую или жирную пассеровку и разводят её горячим бульоном. Сметану доводят до кипения, соединяют с полученным белым соусом, размешивают, заправляют солью (перцем для некоторых блюд) и проваривают 3–5 мин. Соус процеживают, доводят до кипения и зачищают маслом сливочным. Подают к мясным, рыбным, овощным, творожным блюдам, используют для приготовления производных соусов.



Приготовление соуса сметанного с луком

Репчатый лук нарезают тонкой соломкой и пассеруют до размягчения, но так, чтобы лук не имел поджаристых корочек. Приготавливают сметанный соус, в него закладывают подготовленный лук, проваривают 7–10 мин, добавляют соль, соус «Южный» и доводят до кипения, непрерывно помешивая. Подают соус к котлетам, лангету, бефстроганову, биточкам, печенке и другим мясным блюдам.



Приготовление соуса грибного



Отварные грибы и репчатый лук нарезают соломкой или мелко рубят. Лук пассеруют, соединяют с грибами и обжаривают 5 мин. Приготавливают белую жировую пассеровку, разводят её горячим грибным отваром и варят при помешивании 10–15 мин, вводят соль. Затем соус процеживают, кладут в него обжаренный лук и грибы и варят ещё 10 мин. Для улучшения вкуса в соус можно добавить масло или маргарин. Соус подают к котлетам, зразам, рулету, запеканке картофельной, к рисовым и мясным котлетам, используют для приготовления производных соусов.

Приготовление соусов без муки

Соусы без муки приготавливают на основе сливочного или растительного масла, уксуса, фруктовых и ягодных отваров.

Соусы яично - масляные

Приготовление соуса польского

Яйца варят вкрутую, охлаждают, очищают, мелко шинкуют. Зелень петрушки или укропа мелко нарезают. Масло сливочное растапливают, соединяют с подготовленными яйцами и зеленью, добавляют лимонный сок или разведенную лимонную кислоту, соль. Соус размешивают и прогревают при температуре не выше 70 °С. Подают к отварным блюдам из рыбы, к капусте цветной и белокочанной.



Приготовление соуса сухарного



Сухари белого хлеба размалывают, просеивают и поджаривают при помешивании до золотистого цвета. Сливочное масло растапливают и продолжают нагревать до тех пор, пока не выпарится содержащаяся в масле вода и не образуется коричневатый осадок. После этого масло процеживают и вводят в него поджаренные сухари, соль и лимонную кислоту или лимонный сок. Соус сухарный подают к отварным овощам — капусте брюссельской, белокочанной, цветной, спарже, артишокам.



Приготовление масляных смесей

Смеси масляные представляют собой размягченное сливочное масло, перемешанное с измельченными дополнителями в виде сыра, горчицы, сельди, килек, зелени, сформованное и охлажденное. При отпуске масляные смеси нарезают на небольшие кусочки массой по 10–15 г. Для улучшения вкуса добавляют лимонный сок. Масляные смеси используют в качестве приправы к мясным, рыбным и овощным горячим блюдам, для оформления холодных блюд, приготовления бутербродов и в диетическом питании. Кусочки масляной смеси могут иметь разнообразную форму – кружочка, прямоугольника, ромбика, квадратика, шарика, орешка или цветочка. Масляная смесь должна быть хорошо охлажденной и сохранять свою форму.



Приготовление масла зеленого

Размягченное сливочное масло соединяют с мелкорубленной зеленью петрушки, лимонной кислотой, перемешивают, формуют в виде батона или тонкой колбаски, охлаждают и нарезают. Подают к бифштексу, антрекоту, рыбе фри, используют для приготовления бутербродов и других блюд.



Приготовление масла с горчицей

Сливочное масло размягчают и соединяют с готовой столовой горчицей. Используют для приготовления бутербродов.



Приготовление соусов холодных и желе

Соусы холодные приготавливают на растительном масле или уксусе, а желе – на крепком концентрированном мясном или рыбном бульоне.

К соусам холодным откосят заправки, маринады, соус хрен с уксусом, майонез и другие соусы.

Эти соусы подают к мясным, рыбным и овощным блюдам, используют для приготовления салатов, винегретов и бутербродов.



Приготовление заправки для салата

Уксус соединяют с сахаром, солью и молотым перцем, всё хорошо перемешивают и вводят растительное масло. В горке холодного цеха заправку хранят в удобной для пользования посуде. Чтобы заправка была однородной, перед поливкой блюд её тщательно взбалтывают. Заправку используют для поливки салатов из свежих овощей, винегретов, овощных гарниров.



Приготовление заправки горчичной

Столовую горчицу растирают с солью, сахаром, молотым перцем и постепенно разводят уксусом, вводят растительное масло и всё хорошо взбалтывают. Ею заправляют винегреты, сельдь, холодные гарниры.



Соус майонез приготовление

Желтки сырых яиц отделяют от белков. Растительное масло охлаждают, чтобы оно лучше разбивалось на мелкие жировые шарики (эмульгировало). Желтки помещают в неокисляющуюся посуду, добавляют горчицу, соль, сахар и хорошо растирают деревянной веселкой. В полученную смесь вводят при непрерывном взбивании растительное масло небольшими порциями и продолжают взбивать до полного соединения масла. Добавляют уксус, перемешивают, после чего соус становится светлее. Майонез представляет собой эмульсию, в которой растительное масло находится в виде очень мелких жировых шариков, образующихся при взбивании. При недостаточном взбивании и долгом хранении шарики масла соединяются между собой и выступают на поверхности соуса. Этот процесс называют отмасливанием. Чтобы восстановить отмаслившийся майонез, его вновь взбивают с желтками яиц.



Более стойким получается соус, приготовленный во взбивальной машине. Благодаря эмульсионному состоянию майонез легко усваивается. Майонез можно приготовить с добавлением белого соуса. Муку для белого соуса прогревают без жира, не допуская изменения цвета, охлаждают, разводят смесью холодного бульона с уксусом, доводят до кипения, затем охлаждают. Муку можно заменить картофельным или кукурузным крахмалом. Майонез используют для приготовления салатов, винегрета, бутербродов, мясных блюд, производных соусов.

Приготовление «Маринад овощной с томатом»

Овощи нарезают тонкой соломкой и пассеруют на растительном масле до полуготовности. Добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать при помешивании еще 10 мин. Вливают в овощи уксус, закладывают лавровый лист, перец горошком, соль, сахар, перемешивают и, если маринад слишком густой, добавляют процеженный рыбный бульон. Проваривают при слабом кипении 15–20 мин, охлаждают и хранят в неокисляющейся посуде. Маринад используют для блюда «рыба под маринадом». Кроме перечисленных продуктов, в состав маринада могут входить белые корни — петрушка, сельдерей, пастернак, а также лук-порей. Чтобы маринад был более ароматным, в него добавляют гвоздику и корицу. Приготавливают маринад и без томата (белый маринад). В качестве загустителя в него вводят в конце варки муку или картофельный крахмал.



Для маринада овощи можно нарезать звездочками или гребешками. В состав маринада может входить свекла.

Приготовление соусов сладких

Сладкие соусы приготавливают из свежих, консервированных, сухих фруктов и ягод, из соков, пюре, сиропов, молока. В их состав входят сахар, ароматические вещества, лимонная цедра, ванилин, шоколад, какао. Загустителем этих соусов служит картофельный крахмал, а у некоторых — мука. Их подают как в горячем, так и в холодном виде.



Приготовление соуса яблочного

Яблоки промывают, удаляют сердцевину с семенами, нарезают ломтиками и припускают в воде. Припущенные яблоки протирают, соединяют с отваром, сахаром, лимонной кислотой, доводят до кипения и вводят разведенный крахмал. Вновь доводят до кипения при помешивании. В готовый яблочный соус можно добавить корицу. Соус подают к запеканке, пудингам, блинчикам, гренкам с фруктами.



Приготовление соуса из сухофруктов

Сухофрукты перебирают, промывают, замачивают в воде для набухания, затем удаляют косточки. Крупные сухофрукты нарезают ломтиками или кубиками, варят, вводят сахар и разведенный в холодной воде картофельный крахмал. Доводят соус до кипения, добавляют лимонную кислоту, охлаждают. Подают к котлетам, биточкам, запеканкам из круп, пудингам и другим блюдам.



Требования к качеству соусов.

Сроки хранения.

1

Качество соуса определяют по консистенции, цвету, вкусу, аромату. Для соусов с наполнителями учитывают форму нарезки и густоту наполнителя.

2

Горячие соусы с мукой должны иметь консистенцию жидкой сметаны, быть «бархатистыми», однородными, без комков не растворившейся муки и частиц не протертых овощей. Соус должен слегка обволакивать ложку, стекая с неё. Соусы средней густоты, используемые для запекания, имеют консистенцию густой сметаны. Густой молочный соус должен быть похож на вязкую манную кашу.

3

Овощи, входящие в состав соуса в виде наполнителя, должны быть мелко и аккуратно нарезаны, равномерно распределены в соусе, не переварены.



4

На поверхности соуса не должно быть пленки, для этого соусы зачищают сливочным маслом или маргарином, т.е. кладут на поверхность небольшие кусочки жира.

5

Цвет соуса должен быть характерным для каждой группы соусов. Для красного – от коричневого до коричнево-красного, для белых – от белого до слегка сероватого, для томатных – красного. Молочный и сметанный соусы имеют цвет от белого до светло-кремового, сметанный с томатом – розовый, грибной – коричневый, маринад с томатом – оранжево-красный, майонез – белый цвет с желтым оттенком. Цвет зависит от используемых продуктов и соблюдения технологии приготовления соуса.

6

Вкус и запах соуса – основные показатели его качества. Для соусов на бульонах характерным является ярко выраженный вкус мяса, рыбы, грибов с запахом пассерованных овощей и приправ.



7

Красный основной соус и его производные должны иметь мясной вкус с кисло-сладким привкусом, запах лука, моркови, петрушки, перца, лаврового листа. Белые соусы должны иметь вкус бульонов с едва уловимым запахом белых корней и лука, с чуть кисловатым привкусом. Томатный соус имеет ярко выраженный, кисло-сладкий вкус. Рыбные соусы должны иметь резкий, специфический запах рыбы, белых корней и специй, грибные – вкус грибов и пассерованного лука с запахом муки. Молочные и сметанные соусы должны иметь вкус молока и сметаны. Нельзя использовать для их приготовления пригорелое молоко или очень кислую сметану. В соусах с мукой недопустимыми дефектами являются запах сырой муки и клейкость, вкус и запах подгорелой муки, присутствие большого количества соли, вкус и запах сырого томатного пюре.



8

Яично-масляные соусы и соус сухарный имеют слегка кисловатый вкус и аромат сливочного масла.



9

Маринады должны иметь кисловато-пряный вкус, аромат уксуса, овощей, пряностей. Недопустимы привкус сырого томатного пюре и слишком кислый вкус. *Маринады и соус хрен* хранят в охлажденном виде в течение 2–3 суток в такой же посуде с закрытой крышкой.



10

Соус майонез и его производные не должны иметь горький привкус и быть слишком острыми, а соус хрен с уксусом не должен быть горьким или недостаточно острым.

11

Сметанные соусы хранят при температуре 75 °С не более 2 ч с момента приготовления. Молочный жидкий соус хранят в горячем виде при температуре 65–70 °С не более 1–1,5 ч, так как при более длительном хранении он темнеет за счет карамелизации молочного сахара – лактозы; причем ухудшается также и вкус соуса. Густой молочный соус хранят охлажденным не более суток при температуре 5 °С. Молочные соусы средней густоты не подлежат хранению и готовятся непосредственно перед использованием. Польский и сухарный соусы можно хранить до 2 ч.



12

Хранят основные горячие соусы на водяной бане при температуре до 80 °С от 3 до 4 ч. Поверхность соуса защищают сливочным маслом, посуду с соусом закрывают крышкой. Основные соусы можно хранить до трех суток. Для этого их охлаждают до комнатной температуры и помещают в холодильник при температуре 0–5 °С. При хранении соусов в холодном виде их вкус и запах сохраняются значительно лучше, чем при хранении в горячем виде.



13

Масляные смеси хранят в холодильнике несколько дней. Для увеличения сроков хранения сформованные масляные смеси завертывают в пергамент, целлофан или полиэтиленовую пленку. Долго хранить масляные смеси нельзя, так как поверхность масла окисляется кислородом воздуха и под действием света желтеет. Это приводит также и к ухудшению вкуса.



Проверьте свои знания

1

Какой соус на растительном масле и уксусе не имеет однородной консистенции?

- а) майонез б) маринад в) хрен

2

Какой из перечисленных соусов готовят без муки?

- а) молочный б) красный основной в) майонез

3

Почему соус майонез имеет белый цвет?

- а) так как в него добавляют сметану
б) так как в него добавляют уксус
в) так как в него добавляют муку

4

Выберите компоненты соуса майонез

- а) горчица
б) яйца
в) соль
г) лук



Рефлексия настроения и эмоционального состояния

