



# Блюда из мяса

Мдк 05.01 Технология обработки сырья и  
приготовление блюд из мяса и домашней птицы





# Значение в питании человека

Белки

Способствует  
построению и  
восстановлен  
ию тканей  
организма

Жиры

Источник  
энергии

Экстрактивны  
е вещества

Способствуют  
хорошему  
усвоению  
пищи



# Блюда из мяса

Гарниры из овощей,  
круп, макаронных  
изделий



Обогащают  
углеводами,  
витаминами,  
минеральными  
веществами

Соусы



Разнообразят вкус и  
аромат готовых блюд



# Блюда из мяса


отварные

припущенные

жареные

тушеные

запеченные



# Изменение веществ при тепловой обработке мяса

ЭЛАСТИН – не изменяется (шея, пашина)

КОЛЛАГЕН – волокна деформируются, выpressовывают влагу. При наличии влаги и тепла переходит в ГЛЮТИН (клей)

БЕЛКИ – денатурируют, мышечные волокна уплотняются, масса мяса уменьшается

Экстрактивные вещества – переходят в отвар

МИОГЛОБИН – распадается, мясо приобретает серый цвет

ЖИР – вытапливается или переходит в бульон



# Отварное мясо и мясные продукты



## Правила варки мяса

- Говядина – грудинка, лопаточная часть, подлопаточная часть, покромка, боковой и наружный кусок тазобедренной части
- Баранина и свинина – лопаточная часть, грудинка

- 1 кг мяса – 1 – 1,5 л. Воды
- Добавляют коренья и лук
- Потери при варке 38 – 40%





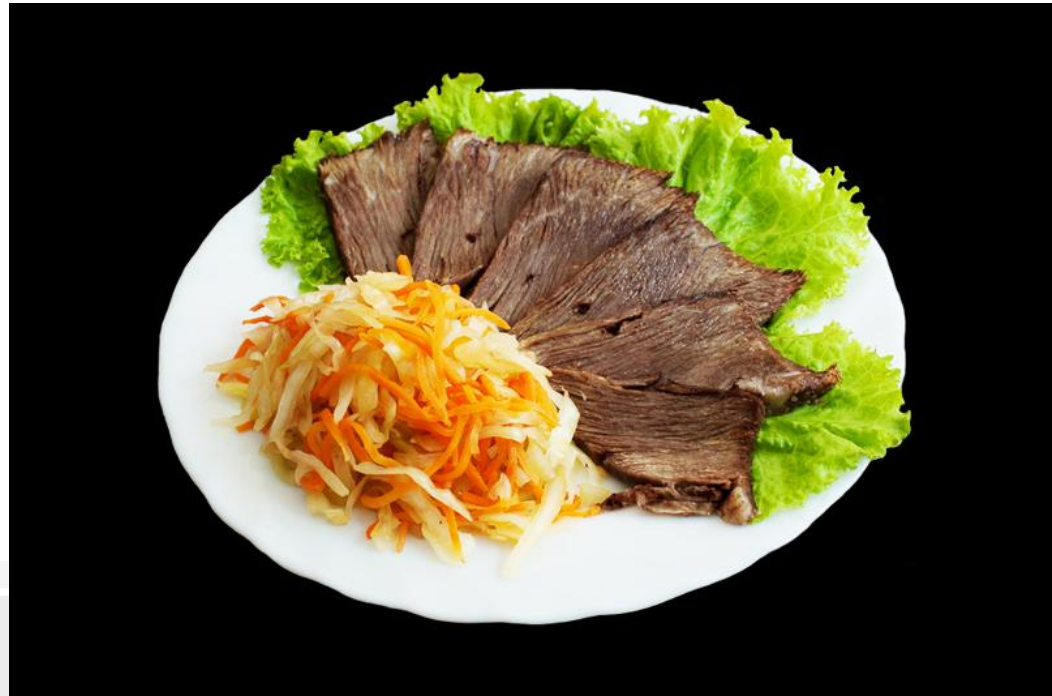


## Мясо отварное

- Подготовленное мясо кладут в горячую воду
- Быстро доводят до кипения, снимают пену
- Варят при медленном кипении
- За 30-40 мин. до окончания варки кладут сырую морковь, лук, петрушку
- За 10 мин. до готовности кладут соль

## Подготовка к подаче

- Нарезают поперек волокон на порционные куски
- 1-2 куска на порцию (выход 50, 75, 100 гр.)
- Нарезанные куски заливают бульоном, доводят до кипения, хранят на мармите



## Подача отварного мяса

- На подогретую тарелку кладут гарнир
- Рядом кладут куски мяса
- Поливают бульоном или растопленным сливочным маслом
- Отдельно подают соус



<http://halal.com.ua...>



## Сосиски или сардельки отварные

- Снимают искусственную оболочку
- На 1 кг продукта 2 л. Воды
- Закладывают в кипящую подсоленную воду
- Быстро доводят до кипения, нагрев уменьшают
- Прогревают 3-10 мин.

# Подача отварных сосисок или сарделек

- Хранят в отваре не более 20 мин.
- Кладут на тарелку, рядом – гарнир
- Поливают маслом или соусом





# Подбор гарниров и соусов к отварному мясу

Соус	Блюдо	Гарнир
Красный основной	Сосиски, сардельки, ветчина	Тушеная капуста, зеленый горошек, рассыпчатые каши
Луковый (миронтон)	Говядина отварная	Отварной картофель, картофельное пюре, припущенные овощи, рассыпчатые каши, зеленый горошек
Красный кисло - сладкий	Говядина отварная	
Луковый пикантный (с корнишонами)	Язык отварной, свинина и баранина отварные	
Белый основной	Отварная и припущенная птица, дичь и телятина	Припущенный рис
Паровой белый с яйцом (сю- прет)	Отварные мозги, свиные и телячьи ножки. Вареные и припущенные телятина, куры.	Картофельное пюре, зеленый горошек
Паровой	Вареные, припущенные куры, цыплята, телятина, паровые котлеты из телятины и дичи	Отварной картофель, картофельное пюре, припущенные овощи, рассыпчатые каши, зеленый горошек



## Отварное мясо

- Консистенция отварного мяса - мягкая, сочная, слегка упругая.
- Цвет - от светло- до темно-серого.
- Вкус и запах соответствуют данному виду мяса, гарнира и соуса.





# Жареное мясо

# Правила жарки

- Способы жарки: основной, во фритюре, на открытом огне, в электрогриле
- П/ф: крупнокусковые, порционные (натуральные и панированные), мелкокусковые, рубленые изделия





## Жарка мяса крупными кусками

- Масса 1-2 кг
- Жарка в жарочном шкафу
- Куски натирают солью, перцем
- Укладывают на противень так, чтобы куски не соприкасались друг с другом
- Сначала жарят при  $T\ 250^{\circ}\text{C}$  до образования корочки
- Затем  $T$  снижают до  $180\text{-}200^{\circ}\text{C}$
- Каждые 10 мин. Поливают вытопившимся мясным соком
- Время жарки от 40 мин. до 1,5 ч.
- Вытопившийся мясной сок выпаривают на противне, сливают жир, добавляют бульон, кипятят, процеживают. Используют при подаче жареного мяса



**Слегка прожаренный бифштекс** (бифштекс кровью). После минутного подрумянивания и двухминутного обжаривания каждой сторон этого толстого бифштекса из костреца верхние слои мяса стали коричневыми, однако температура внутри не успела увеличиться настолько, чтобы изменить его структуру или цвет.



**Слабопрожаренный бифштекс.** После подрумянивания и примерно трехминутного обжаривания каждой стороны бифштекса основная его часть осталась красной, за исключением внешних прожаренных слоев. (Бифштекс из мясистой части диафрагмы следует всегда готовить слабопрожаренным иначе он будет жестким и несочным.)



**Средне-слабопрожаренный бифштекс.** Дополнительные 1-2 мин обжаривания позволяют получить такой же бифштекс, как изображенный на этом снимке: толщина прожаренных внешних слоев увеличилась, а центральная часть, хотя и осталась очень сочной, приобрела более светлый оттенок по сравнению с предыдущими вариантами, так как температура внутри продолжала расти.



**Среднепрожаренный бифштекс.** Примерно после 12 мин общего времени жарения только средние слои бифштекса сохранили розовый оттенок; несмотря на то, что внешние слои приобрели насыщенный коричневый цвет, в мясе еще много розоватых, почти прозрачных соков.



**Полностью прожаренный бифштекс.** Примерно после 18 мин приготовления бифштекс прожаривается насквозь; дальнейшее обжаривание приведет к пересушиванию мяса, Никогда бифштекс из вырезки не готовьте полностью прожаренным: столь нежное мясо станет сухим и безвкусным еще до момента полного прожаривания.



blue rare



medium



rare



medium well



medium rare



well done



# Жарка мяса натуральными порционными кусками

- Жарят в небольшом количестве жира (5-10 % массы мяса)
- Т жарки 170-180 С
- Жарят до образования корочки с двух сторон
- Потери 37 %
- Жарят непосредственно перед подачей, т.к. при хранении ухудшается вкус и аромат

# Бифштекс

При отпуске гарнируют сложным гарниром, дополнительно подают строганный хрен. Поливают мясным соком



# Бифштекс с луком



# Бифштекс с яйцом





# Филе

П/ф жарят до  
нужной степени  
готовности. При  
отпуске в  
баранчик кладут  
гарнир (картофель  
жареный или  
сложный гарнир).  
Поливают мясным  
соком



# Филе с соусом

Готовое филе укладывают на крутон, поливают красным основным соусом или томатным. Жареный картофель подают отдельно



# Лангет

При отпуске  
поливают мясным  
соком. Подают по 2  
шт. на порцию



# Антрекот

При отпуске гарнируют картофелем фри, рядом укладывают строганный хрен, изделие поливают мясным соком, сверху кладут кусочек зеленого масла. Можно подавать с луком и яйцом как бифштекс



# Котлеты натуральные из баранины или свинины

При отпуске на косточку надевают папильотку.





# Эскалоп

Подают на крутоне.  
Поливают мясным  
соком



# Шашлык по-карски

При отпуске снимают со шпаяжки. Гарнируют крупнонарезанным зеленым или маринованным луком, свежими помидорами и огурцами, долькой лимона. На розетке подают сушеный барбарис



# Правила жарки мяса мелкими кусами

- Мясо укладывают слоем не более 1,5 см
- Жарят при сильном нагреве при помешивании





# Бефстроганов

Подготовленное мясо обжаривают 3-5 мин. , соединяют с пассерованным репчатым луком и сметанным соусом, доводят до кипения.

При подаче отдельно в баранчике подают картофель жареный из отварного.



# Поджарка

Подготовленное мясо обжаривают до готовности, добавляют пассерованный репчатый лук, томатное пюре, жарят 2 мин.

Подают в порционной сковороде.

Гарнир подают отдельно



# Шашлык



# Жарка мяса панированными кусками

- Жарят на сковороде до образования корочки
- До готовности доводят в жарочном шкафу
- Потери 27%



# Ромштекс



# Шницель





# Колета отбивная

На косточку одевают  
папильотку





# Подбор гарниров и соусов к жареному мясу

Соус	Гарнир
Мясной сок	Картофель фри
Красный основной	Картофель жареный
Томатный	Гречневая каша, рассыпчатый рис
Молочный с луком	Фасоль в соусе
Красный с луком и грибами (охотничий)	Картофель отварной
Красный кисло-сладкий	Тушеная капуста (к свинине)
Красный с вином (соус мадера)	Отварная фасоль
	Сложный гарнир из 3-4 видов овощей, помидоры свежие



## Жареное мясо

- Консистенция - мягкая, сочная, мясо легко разжевывается.
- Не допускается наличие пленок и сухожилий.
- Мясо полностью прожарено.
- Цвет - от серого до светло-коричневого.
- Вкус и запах соответствуют данному виду жареного мяса, гарнира и соуса.





# Тушеное мясо



## Правила тушения мяса

- Перед тушением мясо обжаривают
- Заливают бульоном или водой
- Добавляют коренья, приправы
- Тушат при закрытой крышке
- Для размягчения соединительной ткани добавляют томатное пюре, кислые соусы, маринованные ягоды, фрукты и т.д.

# Способы тушения

## 1 способ

- Мясо тушат вместе с гарниром и вместе отпускают. Часто используют горшочки.

## 2 способ

- Мясо тушат без гарнира, его готовят отдельно



# Мясо тушеное

Куски мяса массой 2 кг натирают солью, перцем, обжаривают. Перекладывают в сотейник, до  $\frac{1}{2}$  заливают бульоном, добавляют пассерованные лук, морковь, томатное пюре. Тушат 1,5 – 2 часа при слабом кипении. За 15 мин. До готовности вводят пряности и приправы. Готовое мясо перекладывают на противень, заливают бульоном, в котором тушилось мясо, ставят в жарочный шкаф до образования румяной корочки.

При подаче нарезают на порции



# Говядина в кисло – сладком соусе

Порционные куски мяса обжаривают, перекладывают в сотейник, заливают бульоном, добавляют пассерованный лук, томатное пюре. Тушат 1 час при слабом кипении. Затем кладут перец горошком, лавровый лист, уксус, измельченные ржаные сухари, сахар и тушат до готовности.



Darya Shinkarenko



Едим Дома  
edimdoma.ru

## Зразы отбивные

Подготовленный п/ф кладут в сотейник, заливают бульоном, добавляют томатное пюре. Тушат 1 час. Бульон сливают, готовят на нем соус красный основной. Готовым соусом заливают зразы, добавляют приправы, тушат 30 мин.



## Жаркое по - домашнему

Мясо нарезают по 40 гр. , обжаривают. Лук нарезают дольками, пассеруют. Картофель нарезают дольками, пассеруют. Мясо и овощи укладывают в горшочек слоями так, чтобы сверху и снизу были овощи. Добавляют пассерованное томатное пюре, соль, перец, бульон. Тушат до готовности.



## Гуляш

Мясо обжаривают, заливают бульоном, , вводят томатное пюре, тушат 1,5 ч. Вводят разведенную красную мучную пассеровку, пассерованный лук, приправы, тушат при слабом кипении 30 мин.



## Азу

Мясо обжаривают, перекладывают в сотейник, тушат с добавлением бульона и том. пюре. Картофель (брусочками) обжаривают, лук (соломкой) пассеруют, соленые огурцы (соломкой) припускают. В азу вводят красную пассеровку, подготовленные овощи, тушат 20 мин. Перед отпуском кладут измельченный чеснок.



Рагу



Плов







## Тушеное мясо

- В виде порционных или мелких кусков и овощи, тушеные вместе с мясом, сохраняют свою форму.
- Мясо мягкое, сочное.
- Цвет мяса и овощей - от темно-красного до коричневатого.
- Вкус и запах соответствуют данному виду мяса, овощей, соуса.



# Запеченное мясо



## Правила запекания мяса

- Продукты предварительно варят, припускают, тушат или жарят
- Запекают с гарниром или без него
- Т 250-300 С
- Внутри продукт должен прогреться до 80-85 С



## Макаронник с мясом



## Запеканка картофельная с мясом





# Голубцы с мясом и рисом





## Запеченное мясо

- Приготавливают с соусом, который должен слегка загустеть, но не высохнуть.
- Консистенция мяса - мягкая, сочная.
- Цвет мяса - светло-коричневый, поверхность блюда покрыта легкой корочкой от темно-желтого до светло-коричневого цвета.



Блюда из рубленого мяса

# Особенности приготовления

- Готовят в жареном виде
- Жарят непосредственно перед подачей
- Жарят до образования румяной корочки, до готовности доводят в жарочном шкафу
- Потери 30 %
- При отпуске поливают мясным соком или растопленным сливочным маслом





# Бифштекс рубленый





# Шницель натуральный рубленый





# Люля - кебаб





# Блюда из котлетной массы

# Особенности приготовления

- Готовят в жареном, тушеном и запеченном виде
- Жарят с двух сторон, до готовности доводят в жарочном шкафу
- Т внутри изделия должна быть  $90^{\circ}\text{C}$
- Потери 19%





## Котлеты, биточки



## Зразы





# Тефтели



# Биточки по - казацки



# Рулет







# Блюда из котлетной массы

- Подают (по 1 - 2 шт. или куска на порцию) укладывают рядом с гарниром, подают с маслом или соусом.
- Изделия должны сохранять первоначальную форму, не иметь трещин и закатки панировки внутрь.
- На поверхности жареных изделий - мягкая, едва заметная корочка.
- Консистенция - рыхлая, сочная, однородная.
- Цвет изделий из мяса - от серого до коричневатого, из птицы - от светло-серого до кремово-серого.
- Недопустим розово-красный оттенок.
- Вкус и запах мяса или птицы без посторонних запахов и привкуса хлеба.



# Требования к качеству

- Температура подачи мясных горячих блюд  $65 - 70^{\circ} \text{C}$ .
- До отпуска готовые блюда хранят в горячем виде на водяном мармите или плите.
- Отварное мясо укладывают в посуду, добавляют небольшое количество бульона, закрывают крышкой, хранят при температуре не ниже  $60^{\circ} \text{C}$  2 - 3 ч,
- Жареные блюда хранят в горячем виде 2 - 3 ч, тушеные и запеченные блюда - 1 - 2 ч.
- Блюда из котлетной массы (из мяса и птицы) хранят до 30 мин.