



# Прозрачные супы



# Прозрачные супы

- Для приготовления прозрачных супов используют **рыбные** бульоны и **мясные**. Лучшие бульоны для этих супов получают из **говядины**, мяса **курицы** и **дичи**, так как они содержат большое количество экстрактивных веществ.

Мясные бульоны для прозрачных супов варят обязательно с репчатым луком и ароматическими кореньями, морковью, петрушкой, сельдереем, пастернаком, а рыбные (уху) – с зеленью петрушки, сельдерея, луком.

# Последовательность приготовления и подача прозрачных супов

- Приготовление бульона;
- Приготовление оттяжки;
- Приготовление гарнира;
- подача



# Общие сведения

- Основа прозрачных супов - осветленный бульон, получаемый в результате осветления из обычных мясных, рыбных бульонов, бульонов из домашней птицы и из дичи. Осветление производят с помощью оттяжек. В процессе осветления бульоны обогащаются экстрактивными веществами. Отпускают в тарелках или бульонных чашках. Также к прозрачным супам подают различные виды гарниров, часть из них подают отдельно, часть кладут непосредственно в тарелку при отпуске.

# Правила приготовления оттяжек для осветления

## прозрачных супов

- **Мясную оттяжку** используют для осветления мясного бульона.  
Для приготовления оттяжки мясо 3 сорта без жира измельчают на мясорубке, разводят холодной водой (1,5л на 1 кг), добавляют соль и настаивают на холоде 1-1,5 часа. В раствор при настаивании переходят водо- и солерастворимые белки мяса. В конце настаивания в оттяжку вводят слегка взбитые яичные белки и хорошо размешивают.

# Оттяжка из кур

- Используется для осветления бульонов из птицы.

Для приготовления оттяжки из костей кур или индеек кости (100г на 1 л бульона) измельчают, заливают холодной водой (1-1,5л на 1кг), добавляют соль и настаивают на холоде 1-2 часа. В конце настаивания добавляют слегка взбитый белок яйца.

# Оттяжка из свежей икры

- Оттяжку из сырой икры используют для осветления бульонов из рыбы. Икру для приготовления оттяжки получают при разделке рыбы или используют паюсную икру, растирая ее с небольшим количеством воды. Затем в оттяжку вводят яичные белки и размешивают.

# Оттяжка из моркови и яиц

- Оттяжку из моркови и яичных белков используют для осветления мясных и рыбных бульонов.  
Морковь натирают на терке и добавляют слегка взбитые яичные белки (белки - 6-7% от массы моркови).





- В бульон, охлажденный до  $t=60\text{ }^{\circ}\text{C}$ , вводят разведенную теплым бульоном оттяжку, хорошо перемешивают, добавляют подпеченные (без жира!) морковь и лук, белые коренья, доводят бульон до кипения и варят 1-1,5 часа при слабом кипении до тех пор, пока образовавшийся на поверхности губчатый сгусток белка не начнет оседать на дно. После этого бульон процеживают через тканевую салфетку и доводят до кипения. Доводят до вкуса солью. Если на поверхности бульона имеются блески жира, их нужно снять (охладить и снять застывший жир или промокнуть салфеткой).

# Требования к качеству прозрачных супов

- Прозрачные супы должны быть прозрачными, с оттенком. Цвет мясного бульона желтый с коричневым оттенком, куриного - золотисто-желтый, рыбного - светло-янтарный или со слегка зеленым оттенком. Вкус в меру соленый, с ярко выраженным ароматом того продукта, из которого он приготовлен. На поверхности не должно быть блесков жира. Продукты, входящие в состав гарнира, должны сохранить форму, консистенция их мягкая, цвет овощей натуральный.

# Правила отпуска

- Прозрачные супы принято подавать с различными гарнирами. Некоторые гарниры, например, гренки, подают отдельно на пирожковых тарелках на салфетках. Другие гарниры подают вместе с бульоном: кладут на дно порционной посуды и заливают бульоном непосредственно перед отпуском. Часть гарниров, например, запеченный рис, можно подавать различными способами.

# Хранение

- Бульон до подачи следует хранить на водяной бане. Необходимо помнить, что качество бульона значительно ухудшается, если его долго хранить в горячем состоянии. Свежесваренный бульон рекомендуется охладить и хранить в закрытой посуде в холодильнике или на льду.



# Куриный бульон.

- Для варки куриного бульона используются целые заправленные тушки кур и куриные кости.
- В котел кладут куриные кости, а на них — заправленные тушки кур, заливают холодной водой, закрывают крышкой и, медленно нагревая до закипания воды, варят 30—40 минут. Затем с поверхности тщательно снимают пену и жир и варят при слабом кипении: кости 2—3 часа, а кур — до готовности. Готовый бульон процеживают.
- Если бульон получился недостаточно прозрачный, его оттягивают.
- **Оттяжку** готовят из куриных костей и зачисток, яичных белков и соли. Куриный бульон оттягивают так же, как мясной.
- Прозрачный бульон из индейки готовят так же, как из курицы.
- Продукты на порцию (в г): курица 2-го сорта 100 или куриные кости 250, яйца для оттяжки  $\frac{1}{8}$  шт. морковь 5, петрушка или сельдерей 4, лук репчатый 4, соль 4.

# Рыбный бульон.

- Для приготовления рыбного бульона используют кожу и кости судака и рыб осетровых пород, кроме стерляди, которую варят кусками или целой, а также целые выпотрошенные окуни и ерши без жабр.
- Приготовление оттяжки. Паюсную икру растирают в ступке с небольшим количеством воды до образования однородной тестообразной массы, добавляют мелко нарезанный репчатый лук, соль, разводят холодной водой и перемешивают. Вместо паюсной икры можно употреблять икру зернистую, а также икру судака или щуки.
- Приготовление бульона. В процеженный бульон, нагретый до 70—80°, вводят оттяжку, сырую петрушку или сельдерей, закрывают крышкой и доводят до кипения. Затем с поверхности снимают пену и жир. Дальнейшую варку ведут без кипения в течение 20—30 минут. Готовый бульон процеживают.
- Продукты на порцию (в г): ерш или окунь 133, икра паюсная 8, петрушка 4, лук репчатый 12, соль 4.

# Бульон из дичи.

- Бульон из дичи готовят из рябчика, тетерева и куропатки; наилучший бульон получается из рябчика. Для приготовления этого бульона в куриный или говяжий бульон вводят оттяжку, приготовленную из костей и зачинок дичи, вследствие чего бульон обогащается экстрактивными веществами дичи.
- Приготавливают оттяжку и оттягивают бульон из дичи так же, как говяжий.
- Продукты на порцию (в г): кости говяжьи или дичи 150, рябчик или серая куропатка  $\frac{1}{6}$  шт., яйца для оттяжки  $\frac{1}{8}$  шт., морковь 5, петрушка или сельдерей 4, лук репчатый 4, соль 4.

# Говяжий бульон.

- Приготавливают бульон из говяжьих костей, кроме позвоночных, так как спинной мозг, имеющийся в них, придает бульону мутность и затрудняет его осветление. Свиные и телячьи кости не используются, так как приготовленный из них бульон трудно поддается осветлению.
- Приготовление бульона. Нарубленные говяжьи кости кладут в котел, заливают водой и варят. В процессе варки с поверхности снимают всплывающий жир и пену. Готовый бульон процеживают.
- Приготовление оттяжки. Мякоть шеи и голяшки измельчают на мясорубке, заливают холодной водой (1,5—2 л воды на 1 кг мяса) и настаивают 1—2 часа; в смесь можно влить сок мяса и печени, полученный после их оттаивания. Затем в мясо добавляют сырой яичный белок, соль и все хорошо перемешивают. Полученная смесь называется оттяжкой.
- В процеженный бульон, нагретый до 70—80°, вводят оттяжку и одновременно закладывают сырой сельдерей, подпеченные без жира непосредственно на плите репчатый лук, морковь, петрушку и все хорошо размешивают. Бульон доводят до кипения и снимают с поверхности жир и пену. В дальнейшем варку ведут при очень слабом кипении в течение 1—1,5 часов, снимая с поверхности жир. После этого осторожно, не взбалтывая оттяжки, которая оседает на дно, бульон процеживают через салфетку или очень частое сито.



- Осветление бульона происходит благодаря тому, что растворимые белки мяса, внесенные с оттяжкой, свертываются при нагревании в бульоне; взвешенные в бульоне частицы оседают на образующихся хлопьях белка [Происходит процесс адсорбирования взвешенных частиц]. При процеживании бульон отделяется от хлопьевидного осадка и получается прозрачным.
- Продукты на порцию (в г): кости мясные 150, мясо 3-го сорта для оттяжки 40, яйца для оттяжки  $\frac{1}{8}$  шт., морковь 5, петрушка или сельдерей 4, лук репчатый 5, соль 4.