

Приготовление горячих мясных



**Саркандский политехнический
колледж**

**Мастер производственного обучения: А.В.
Зуев**

I. Мясо отварное

Подготовленное для варки мясо (говядина, баранина, козлятина, свинина или телятина) массой до 2 кг кладут в горячую воду, быстро доводят до кипения, снимают пену и варят без кипения (при температуре 90 °С) до готовности. При таком режиме варки уменьшаются потери растворимых пищевых веществ и воды, мясо получается сочным, процесс варки происходит более равномерно. Для ароматизации мяса за 30–40 мин до окончания варки кладут сырые морковь, репчатый лук, петрушку, а за 10–15 мин – соль. Можно положить лавровый лист и перец горошком.

Готовое мясо нарезают поперек волокон на порционные куски по 1–2 шт. на порцию (выход 50, 75, 100 г), заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите, чтобы оно не заветривалось и не подсыхало.

При отпуске на тарелку или блюдо кладут гарнир, рядом – мясо, поливают маслом или бульоном, отдельно подают соусы сметанный с хреном, красный, луковый или поливают мясо соусом.

Говядину отпускают с отварным картофелем, картофельным пюре, с припущенными овощами, с морковью или зеленым горошком в молочном соусе, с рассыпчатыми кашами; баранину – лучше с припущенным рисом; свинину – с тушеной капустой. Говядина и свинина хорошо сочетаются с красным соусом, а баранина – с белым.



II. ЖАРКА МЯСА КРУПНЫМИ КУСКАМИ



Ростби

Говядину (вырезка, толстый и тонкий края) крупным куском массой 1–2,5 кг зачищают, натирают солью и перцем, кладут на противень, разогретый с жиром. Мясо укладывают с интервалом между кусками не менее 5 см, обжаривают на сильном огне до образования поджаристой корочки, затем ставят в жарочный шкаф и продолжают жарить при температуре 160–170 °С. Во время жарки мясо периодически переворачивают и поливают выделившимся соком и жиром. Ростбиф можно поджарить до трех степеней готовности: с кровью (мясо жарят до образования поджаристой корочки), полупрожаренный (внутри к центру мясо розоватого цвета) и прожаренный (мясо внутри серого цвета). О степени прожаренности судят по упругости мяса: ростбиф с кровью сильно пружинит, полупрожаренный – слабее, полностью прожаренный – почти не имеет упругости. Готовый ростбиф нарезают на порции по 2–3 куска.

Оставшийся после жарки на противне сок выпаривают, сливают жир, наливают небольшое количество бульона, кипятят и процеживают. Полученный мясной сок используют при отпуске мяса.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку букетами укладывают сложный гарнир, состоящий из 3–4 видов овощей, строганный хрен, рядом кладут нарезанное мясо, поливают его мясным соком. В качестве гарнира можно использовать картофель фри или жареный.

Для жарки мяса крупными кусками используют мясо массой до 1–2 кг. Мякоть лопатки свертывают рулетом и перевязывают, грудинку жарят вместе с реберными костями, их удаляют после жарки.

При жарке на поверхности мяса быстро образуется румяная корочка, за это время внутри мясо не прожаривается. Для того чтобы процесс жарки проходил равномерно, крупные куски мяса жарят при умеренном нагреве в жарочном шкафу.

Мясо натирают солью и перцем, укладывают на разогретый противень с жиром так, чтобы куски мяса не соприкасались друг с другом, и обжаривают со всех сторон до появления корочки. При тесной укладке кусков мяса происходит значительное понижение температуры жира, поэтому долго не образуется корочка, вытекает много сока и мясо получается несочное. Обжаренное мясо ставят в жарочный шкаф и дожаривают при температуре 180–200 °С, при этом через каждые 10–15 мин его переворачивают и поливают вытекающим из него соком и жиром. Готовность мяса определяют по упругости мяса и соку, выделяющемуся из прокола поварской иглой. Время жарки прожаривания и составляет от 40 мин до 1 ч 40 мин. Перед отпуском мясо нарезают поперек волокон на порционные куски по 1–3 шт. на порцию (выход 50, 75 или 100 г).

Баранина или козлятина жареная



Баранина или козлятина жареная. Подготовленные крупные куски (окорок, корейка) натирают солью и перцем, можно предварительно шпиговать морковью, петрушкой и чесноком, укладывают на противень, поливают жиром, обжаривают на плите до образования поджаристой корочки и дожаривают в жарочном шкафу. В процессе жарки поливают выделившимся соком и жиром. Готовое мясо нарезают по 1–2 куска на порцию, заливают небольшим количеством мясного сока и прогревают в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир: гречневую кашу, фасоль в масле или соусе, картофель жареный или отварной, рядом – баранину или козлятину, поливают мясным соком.

Грудинка фаршированная



Грудинка фаршированная. Подготовленную с фаршем баранью или телячью грудинку посыпают солью и перцем, укладывают на противень реберными костями вниз, поливают жиром и ставят в жарочный шкаф. Жарят вначале при температуре 200–250 °С до образования поджаристой корочки, а затем дожаривают при температуре 160 °С. Во время жарки мясо поливают соком и жиром. Готовую грудинку нарезают на порции и при отпуске поливают мясным соком.

СТЕПЕНЬ ПРОЖАРКИ СТЕЙКОВ



СЫРОЙ (RAW)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 30 СЕК. С КАЖДОЙ
СТОРОНЫ
ТЕМПЕРАТУРА ВНУТРИ МЯСА: 36-49°



СРЕДНЯЯ ПРОЖАРКА БЕЗ КРОВИ (MEDIUM)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 3 МИН. С КАЖДОЙ
СТОРОНЫ
ТЕМПЕРАТУРА ВНУТРИ МЯСА: 60-65°



СЛАБАЯ ПРОЖАРКА С КРОВЬЮ (RARE)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 МИН. С КАЖДОЙ
СТОРОНЫ
ТЕМПЕРАТУРА ВНУТРИ МЯСА: 49-55°



ПОЧТИ ПОЛНАЯ ПРОЖАРКА (MEDIUM WELL)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 4 МИН. С КАЖДОЙ
СТОРОНЫ
ТЕМПЕРАТУРА ВНУТРИ МЯСА: 65-71°



СРЕДНЯЯ ПРОЖАРКА С КРОВЬЮ (MEDIUM RARE)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 2 МИН. С КАЖДОЙ
СТОРОНЫ
ТЕМПЕРАТУРА ВНУТРИ МЯСА: 55-60°



ПОЛНАЯ ПРОЖАРКА (WELL DONE)

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 5 МИН. С КАЖДОЙ
СТОРОНЫ
ТЕМПЕРАТУРА ВНУТРИ МЯСА: 71-77°

Мясо для стейка — всегда продукт элитного животноводства. Для получения качественного блюда подходит только мясо молодых бычков (от года до полутора лет) определённых пород. Лучшими считаются мясные породы [Герефорд](#) Мясо для стейка — всегда продукт элитного животноводства. Для получения качественного блюда подходит только мясо молодых бычков (от года до полутора лет) определённых пород. Лучшими считаются мясные породы [Герефорд](#) и [Ангус](#) Мясо для стейка — всегда продукт элитного животноводства. Для приготовления подходит около 7—10% от всей туши животного. Современная кухня выделяет следующие виды стейков, название которых соответствует названию части туши животного.

1. **рибай-стейк**, вырезаемый из подлопаточной части туши и имеющий большое количество жировых прожилок;

Лучшими считаются мясные породы [Герефорд](#) и [Ангус](#), а наиболее ценным является чистое мясо —

- [англ. *certified angus beef*](#)
2. **тибонд-стейк** (стейк на Т-образной кости), вырезаемый из участка туши на границе между спинной и поясничной частями в области тонкого края длиннейшей мышцы спины и тонкого края [вырезки](#), поэтому состоящий сразу из двух видов стейкового мяса — **филе-миньон** с одной стороны косточки и «**Нью-Йорк**» — с другой;
 3. **портерхаус-стейк**, вырезаемый из поясничной части спины в области толстого края **вырезки**;
 4. **стриплойн-стейк** (**Нью-Йорк стрип**), вырезаемый из бескостной полосы поясничной части;
 5. **сирлойн-стейк**, вырезаемый из поясничной части спины в области головной части **вырезки**;
 6. **раундрамб-стейк**, вырезаемый из верхнего куска тазобедренной части;
 7. **филе-миньон** — поперечный тонкий срез центральной части филейной **вырезки** с самым нежным мясом, не приготавливаемым «с кровью»;
 8. **шаторриан** — толстый край центральной части **говяжьей вырезки** (жарят целиком или порционируют, чаще всего на двоих), по сути представляющий собой тот же большой **филе-миньон**, но подаваемый не стоя, а выкладываемый на тарелке в длину;
 9. **торнедос** — маленькие кусочки из тонкого края центральной части **вырезки**, используемые для приготовления **медальонов**;
 10. **скирт-стейк** — не самый нежный, но очень вкусный кусок мяса из **брюшины**.

ЖАРКА МЯСА НАТУРАЛЬНЫМИ ПОРЦИОННЫМИ КУСКАМИ



Бифштекс



Бифштекс. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, кладут на сковороду, разогретую с жиром, и жарят с обеих сторон около 15 мин до нужной степени готовности: с кровью, полупрожаренный или прожаренный.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут картофель жареный или фри либо сложный гарнир из 3–4 видов овощей, строганный хрен, рядом укладывают бифштекс, поливают мясным соком, сверху можно положить зеленое масло.

Бифштекс с яйцом. Приготавливают и подают так же, как бифштекс натуральный, но при отпуске сверху кладут яичницу-глазунью из одного яйца.

Бифштекс с луком. Приготавливают блюдо так же, как бифштекс. При отпуске на порционное блюдо посередине кладут бифштекс, вокруг него укладывают картофель жареный (из вареного) или фри, бифштекс поливают мясным соком, сверху кладут лук, нарезанный кольцами и жаренный во фритюре.

Филе. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду и жарят до нужной степени готовности.

При отпуске в баранчик или на блюдо кладут картофель жареный или сложный гарнир букетами, рядом укладывают филе, поливают мясным соком, сливочным маслом. Филе можно отпускать с соусом. В этом случае филе кладут на крутон (ломтик поджаренного пшеничного хлеба), поливают соусом красным основным или томатным; картофель жареный подают отдельно.

Лангет. Порционные куски (по 2 куска на порцию) мяса слегка отбивают, посыпают солью и перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду и быстро обжаривают при сильном нагреве до готовности.

При отпуске на порционное блюдо укладывают жареный картофель или сложный гарнир букетами, рядом кладут лангет, поливают его мясным соком.

Антрекот. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью, перцем, кладут на сковороду, разогретую с жиром, и жарят с обеих сторон до готовности.

При отпуске на порционное блюдо кладут жареный картофель или картофель фри, картофель в молоке, сложный гарнир, состоящий из 3–4 видов овощей, рядом помещают антрекот, кладут строганный хрен, зелень петрушки, антрекот поливают мясным соком, сверху укладывают кусочек зеленого масла. Можно отпустить с яйцом или луком, как бифштекс.

Говядина 170, жир животный топленый 7, хрен (корень) 16, гарнир 150. Выход 239.





Котлеты натуральные из баранины, или свинины, или телятины. Подготовленные котлеты посыпают солью и перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду и жарят при сильном нагреве с обеих сторон. При отпуске на порционное блюдо или тарелку укладывают гарнир, рядом – котлеты, поливают их мясным соком, на косточку надевают папильотку. К котлетам из баранины можно отдельно подать соус молочный с луком. На гарнир к котлетам из баранины подают картофель жареный или фри, стручки фасоли в масле, рассыпчатый рис, фасоль в томате или масле, сложный гарнир. На гарнир к котлетам из свинины и телятины – картофель жареный или фри, картофель в молоке, овощи в молочном соусе.



Эскалоп из свинины или телятины. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, кладут на раскаленную с жиром сковороду и жарят до готовности. При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут картофель жареный или фри, сложный овощной гарнир; эскалоп укладывают рядом на крутон из пшеничного хлеба, поливают мясным соком (можно подать без крутона).

Свинина 147, или телятина 189, или баранина 175, жир животный топленый 7, гренки 20, гарнир 150. Выход 255.

ЖАРКА МЯСА МЕЛКИМИ КУСКАМИ

Бефстроганов. Мясо, нарезанное брусочками длиной 30–40 мм, кладут на хорошо раскаленную с жиром сковороду, посыпают солью, перцем и быстро обжаривают 3–5 мин, при этом мясо перемешивают. Обжаренное мясо соединяют с пассерованным репчатым луком, заливают сметанным соусом, добавляют соус «Южный» и доводят до кипения.

При отпуске бефстроганов кладут в баранчик или порционную сковороду, посыпают измельченной зеленью петрушки, отдельно в баранчике подают картофель, жаренный из вареного. При приготовлении блюда в большом количестве отпускают на тарелке. В качестве гарнира используют картофель отварной, жареный, фри.

Говядина 162, лук репчатый 43, маргарин столовый 10, мука пшеничная 5, сметана 30, соус «Южный» 4, гарнир 150. Выход 300.

Поджарка. Приготавливают из говядины, свинины, телятины. Нарезанное брусочками мясо кладут на раскаленную с жиром сковороду, посыпают солью, перцем и обжаривают до готовности, добавляют шинкованный пассерованный репчатый лук, томатное пюре и жарят еще 2–3 мин. Отпускают на порционной сковороде. Отдельно подают гарнир – картофель жареный, рассыпчатую кашу. При приготовлении блюда в большом количестве гарнир кладут рядом с мясом.

Говядина 162, или свинина 129, или баранина 166, или телятина 180, лук репчатый 36, жир животный топленый 10, томатное пюре 15, гарнир 150. Выход 250.





Шашлык из говядины. Мясо, нарезанное кубиками, слегка отбивают, накалывают на шпажку попеременно с кусочками шпика, посыпают солью, перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду и обжаривают со всех сторон до готовности.

При отпуске на середину порционного блюда или тарелку кладет рассыпчатую рисовую кашу или припущенный рис, на неё – шашлык, сверху укладывают кольца жареного во фритюре лука, поливают мясным соком, отдельно подают соус «Южный».

Шашлык по-кавказски. Маринованные кусочки баранины надевают на металлические шпажки, смазывают жиром и жарят над горящими углями. В процессе жарки шпажки вращают, чтобы кусочки мяса прожарились равномерно. При отпуске готовый шашлык снимают со шпажки на порционное блюдо, рядом кладут зеленый лук, нарезанный брусочками, или репчатый лук – кольцами, свежие помидоры или огурцы, дольку лимона. Отдельно подают соус «Южный» или ткемали и сушеный молотый барбарис.

ЖАРКА МЯСА ПАНИРОВАННЫМИ КУСКАМИ

Ромштекс. Подготовленный полуфабрикат укладывают на разогретую с жиром сковороду, обжаривают с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир, рядом укладывают ромштекс, поливают его растопленным сливочным маслом. В качестве гарнира используют картофель жареный или фри, сложный гарнир, состоящий из 3–4 видов овощей, рассыпчатые каши.

Говядина 149, яйца $\frac{1}{8}$ шт. сухари 15, жир животный топленый 10, гарнир 150, масло сливочное или маргарин 5. Выход 246

Шницель. Подготовленный полуфабрикат кладут на разогретую с жиром сковороду, обжаривают с двух сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир, рядом – шницель, поливают его растопленным маслом. В качестве гарнира используют картофель жареный, припущенные овощи, тушеную капусту, рассыпчатые каши, сложный гарнир. Шницель можно отпустить с каперсами и лимоном. В этом случае на порционное блюдо кладут картофель жареный, рядом – шницель, поливают его сливочным маслом, прогретым с лимонной цедрой (нарезанной соломкой и ошпаренной), сверху помещают отжатые от рассола каперсы и кружочек очищенного лимона.

Свинина 129, или телятина 167, или баранина 154, яйца $\frac{1}{8}$ шт. сухари 15, жир животный топленый 10, гарнир 150, масло сливочное или маргарин столовый 5. Выход: 246



Котлеты отбивные из баранины, свинины или телятины. Подготовленный полуфабрикат кладут на разогретую с жиром сковороду, жарят с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске на порционное блюдо кладут гарнир, рядом – котлеты, поливают их сливочным маслом, на косточку надевают папильотку. Гарнир используют такой же, как и к ромштексу.



Грудника баранья фри. Грудинку баранины варят с добавлением корней, репчатого лука и специй. У вареной грудинки в горячем состоянии удаляют реберные кости, после этого кладут под пресс и охлаждают. Затем нарезают порционные куски по 1–2 шт. на порцию, посыпают их солью, перцем, панируют в пшеничной муке, смачивают в льезоне и панируют в молотых сухарях. Погружают в раскаленный фритюр, жарят до образования румяной корочки, затем прогревают в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут букетами сложный гарнир или жареный картофель, рядом грудинку, поливают сливочным маслом или отдельно в соннике подают томатный соус.

III. Тушеные мясные блюда

Мясо тушеное. Для тушения крупными кусками используют боковую и наружную части задней ноги говяжьей туши, лопаточную часть бараньей, лопаточную часть и шею свиной туши. Мясо массой до 2 кг натирают солью, посыпают перцем, обжаривают до образования поджаристой корочки, укладывают в глубокую посуду, заливают наполовину бульоном или водой, добавляют пассерованные морковь, лук, петрушку и томатное пюре, тушат в закрытой посуде при слабом кипении 1,5–2 ч; за 15–20 мин до окончания тушения кладут перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки и укропа, можно добавить корицу, мускатный орех, гвоздику. Готовое мясо вынимают, кладут на противень, поливают бульоном, в котором тушилось мясо, и ставят в жарочный шкаф для восстановления поджаристой корочки. Затем мясо охлаждают и нарезают на порции.

На оставшемся бульоне готовят красный соус. Для этого в бульон вливают разведенную красную пассеровку, варят 25–30 мин и процеживают, протирая разварившиеся овощи. Нарезанное мясо заливают приготовленным соусом, прогревают и хранят до отпуска на мармите. При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир – картофель отварной, картофельное пюре, макароны, рассыпчатые каши, тушеную капусту, рядом – мясо, поливают соусом.

Говядина 170, или баранина 166, или свинина 129, морковь 10, репчатый лук 7, петрушка 8 или сельдерей 9, жир животный топленый 7, томатное пюре 15, мука пшеничная 5, гарнир 150. Выход 325.

Мясо шпигованное. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, обжаривают, а затем тушат так же, как мясо тушеное. Перед отпуском мясо нарезают на порции, а на оставшемся бульоне приготавливают соус. При отпуске на тарелку или порционное блюдо кладут гарнир – макароны, рассыпчатые каши, картофель отварной или жареный, рядом – нарезанное мясо, поливают его соусом, макароны можно посыпать тертым сыром (10 г на порцию).





Говядина в кисло-сладком соусе. Это блюдо приготавливают двумя способами. *Первый способ.* Мясо, нарезанное порционными кусками, посыпают солью, перцем, обжаривают с двух сторон до образования поджаристой корочки, кладут в сотейник, заливают горячим бульоном или водой, добавляют мелко нашинкованный пассерованный репчатый лук, томатное пюре и тушат около 1 ч в закрытой посуде при слабом кипении. Затем кладут перец горошком, лавровый лист, уксус, измельченные ржаные сухари, сахар и продолжают тушить.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир – макароны отварные, рассыпчатые каши, картофель отварной или жареный, сложный гарнир, рядом – тушеное мясо, поливают соусом, в котором оно тушилось.

Второй способ. Мясо тушат крупными кусками, затем нарезают на порции. При отпуске на тарелку кладут гарнир, рядом – мясо, поливают его соусом красным кисло-сладким. Гарниры используют те же.

Говядина 170, жир животный топленый 7, лук репчатый 24, томатное пюре 15, сахар 8, уксус 9 %-ный 3, сухари ржаные 10, гарнир 150 Выход 325.

Мясо духовое. Мясо, нарезанное порционными кусками, отбивают, посыпают солью и перцем, обжаривают, затем укладывают в один ряд в посуду, заливают бульоном или водой, добавляют томатное пюре и тушат почти до полной готовности. После этого бульон сливают, вводят в него разведенную пассеровку и варят соус. В посуду, где тушилось мясо, кладут обжаренный картофель, пассерованные овощи (морковь, лук, петрушку), нарезанные дольками, перец горошком, лавровый лист. Заливают приготовленным соусом и тушат до готовности.

При отпуске в баранчик кладут мясо вместе с овощами, посыпают измельченной зеленью. В целях улучшения вкуса и аромата блюдо рекомендуется приготавливать в порционных горшочках, плотно закрытых крышкой.

Если блюдо приготавливают в большом количестве, то мясо тушат отдельно с добавлением бульона, томатного пюре, в конце тушения вводят разведенную пассеровку, перец, лавровый лист. Овощи тушат отдельно с добавлением томатного пюре. Мясо отпускают с тушеными овощами, поливают соусом, в котором оно тушилось.

Говядина 170, или баранина 175, или свинина 147, жир животный топленый 12, картофель 193, репа 20, морковь 25, петрушка 13, лук репчатый 30, томатное пюре 15, мука пшеничная 3. Выход 325.



Жаркое по-домашнему. У говядины используют, боковую и наружную части, у свинины – лопаточную и шейную. Мясо нарезают по 2–4 куса массой 30–40 г на порцию и обжаривают. Репчатый лук нарезают дольками, пассеруют. Картофель нарезают дольками, обжаривают.

Подготовленное мясо и овощи укладывают в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют пассерованное томатное пюре, соль, перец, наливают бульон так, чтобы только закрыть продукты, закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5–10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают в горшочках. Это блюдо можно приготовить без томатного пюре.

Говядина 162 или свинина 129, картофель 253, лук репчатый 30, жир животный топленый 12, томатное пюре 15
Выход 325.

Гуляш. Мясо, нарезанное в виде кубиков по 20–30 г, кладут слоем 1–1,5 см на разогретую с жиром сковороду или противень, посыпают солью, перцем и обжаривают до образования поджаристой корочки. Обжаренное мясо перекладывают в глубокую посуду, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 1–1,5 ч. Затем вводят разведенную красную пассеровку, пассерованный мелко нарезанный репчатый лук, перец горошком, лавровый лист и тушат при слабом кипении 25–30 мин до готовности. В гуляш можно добавить сметану, положить чеснок.

При отпуске в баранчик или тарелку кладут гарнир, рядом – гуляш, посыпают измельченной зеленью. В качестве гарнира используют рассыпчатые каши, макароны отварные, клецки из манной крупы, картофель.

Говядина 162, или свинина 129, или баранина 150, жир животный топленый 7, лук репчатый 24, томатное пюре 15, мука пшеничная 5, гарнир 150 Выход 325.



Азу. Мясо, нарезанное брусочками массой 10–15 г, кладут слоем 1–1,5 см на хорошо нагретую сковороду с жиром или на противень, посыпают солью, перцем и обжаривают, периодически помешивая. Обжаренное мясо кладут в глубокую посуду, наливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат. Картофель нарезают дольками или брусочками, обжаривают, лук репчатый шинкуют соломкой, пассеруют, соленые огурцы нарезают некрупными дольками или соломкой и припускают. В азу вводят разведенную красную пассеровку, пассерованный лук, картофель, соленые огурцы, перец горошком, лавровый лист и тушат 15–20 мин до готовности. Перед отпуском кладут мелкорубленный или растертый чеснок. Можно положить свежие помидоры, нарезанные дольками, их кладут вместе с картофелем.

При отпуске азу кладут в баранчик, посыпают зеленью петрушки или укропа. При массовом приготовлении картофель во время тушения не кладут, а используют жареный картофель в качестве гарнира при отпуске.

Говядина 162, жир животный топленый 12, томатное пюре 15, лук репчатый 30, мука пшеничная 5, огурцы соленые 50, картофель 193, чеснок 1,0. Выход 325.





Рагу из баранины или свинины. Нарубленное на кусочки мясо массой 30–40 г кладут на хорошо разогретую с жиром сковороду или противень, посыпают солью, перцем и обжаривают. Затем складывают в глубокую посуду, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 30–40 мин. Морковь, репу, репчатый лук, петрушку нарезают дольками или кубиками, пассеруют. Картофель, нарезанный дольками или кубиками, обжаривают. В тушеное до полуготовности мясо вводят разведенную красную пассеровку, кладут пассерованные морковь, петрушку, репу, лук, обжаренный картофель, перец горошком, лавровый лист и тушат до готовности. В готовое рагу можно положить вареный зеленый горошек. Помимо указанных овощей, в рагу можно добавить кабачки, баклажаны, помидоры, цветную капусту, стручки фасоли, сладкий перец.

При отпуске рагу кладут в баранчик или тарелку, сверху посыпают измельченной зеленью петрушки или укропа. При массовом приготовлении обжаренное мясо заливают бульоном, добавляют томатное пюре, тушат 30–40 мин. Затем вводят разведенную красную пассеровку, пассерованные морковь, лук, петрушку, перец, лавровый лист и тушат до готовности. Гарнир готовят отдельно.

При отпуске в баранчик или тарелку кладут гарнир, рядом – рагу вместе с соусом, посыпают измельченной зеленью.

Плов. Мясо, нарезанное кубиками по 20–30 г, посыпают солью, перцем, кладут на разогретый с жиром противень и быстро обжаривают. Перекладывают в глубокую посуду, заливают горячим бульоном или водой (жидкости заливают столько, сколько нужно для приготовления рассыпчатой каши), добавляют томатное пюре, пассерованные морковь и лук, нарезанные соломкой, предварительно замоченную рисовую крупу, перец горошком, лавровый лист и тушат до полуготовности. После этого доводят до готовности в жарочном шкафу. Плов можно приготовить без томата, положив в него сухие кислые ягоды (черную смородину, барбарис). Готовый плов разрыхляют поварской вилкой.

При отпуске кладут в баранчик или на порционную сковороду, посыпают измельченной зеленью петрушки или укропа.

Баранина 150, или говядина 162, или свинина 129, крупа рисовая 67, маргарин 15, лук репчатый 18, морковь 19, томатное пюре 15. Выход 275.



IV. Запеченные мясные

блюда



Голубцы с мясом и рисом. Сырое мясо пропускают через мясорубку, смешивают с отварным рисом, пассерованным луком, добавляют соль, молотый перец, рубленую зелень петрушки и перемешивают. Иногда рис используют сырой, в этом случае голубцы тушат не менее 1 ч.

На подготовленные листья капусты кладут фарш, завертывают его, придают изделиям цилиндрическую форму; голубцы укладывают на смазанный жиром противень, сбрызгивают жиром, обжаривают в жарочном шкафу, затем заливают соусами сметанным с томатом, сметанным или томатным и запекают в жарочном шкафу.

При отпуске в баранчик или тарелку кладут голубцы по 2 шт. на порцию, поливают соусом, в котором готовили, посыпают измельченной зеленью.

Капуста свежая 218, говядина 164, крупа рисовая 13, лук репчатый 33, жир 10, соус 125. Выход 427.

Говядина в луковом соусе запеченная. Мясо варят или тушат крупными кусками, затем нарезают на порционные куски. Вареный картофель нарезают кружочками или ломтиками. Из картофеля можно приготовить картофельное пюре и ввести в него сырые яйца.

На порционную сковороду, смазанную жиром, наливают немного лукового соуса, укладывают 1–2 куса говядины, заливают соусом. Вокруг мяса помещают картофель или из кондитерского мешка выпускают картофельное пюре, посыпают тертым сыром или сухарями, сбрызгивают маслом и запекают.

Отпускают в порционной сковороде, посыпают измельченной зеленью петрушки или укропа.

Говядина 164, картофель 206, соус 100, сухари 2, сыр 3,3, маргарин столовый 5. Выход 300.



V. Блюда из рубленого

Бифштекс рубленый. Подготовленный мясной полуфабрикат укладывают на разогретую с жиром сковороду, обжаривают с двух сторон и ставят в жарочный шкаф на 5–7 мин. Перед жаркой бифштекс можно запанировать в муке.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку укладывают гарнир, рядом – бифштекс, поливают его мясным соком. В качестве гарнира используют жареный картофель, отварные овощи, сложный гарнир. Бифштекс рубленый можно отпустить с яйцом или с луком, как бифштекс натуральный.

Говядина 109, шпик 12,5, молоко 6,76, перец молотый 0,04, соль 1,2, жир животный топленый 7, гарнир 150. Выход 220.

Люля-кебаб. Подготовленный полуфабрикат нанизывают на шпалку и жарят над раскаленными углями. При отпуске на порционное блюдо кладут тонкую лепешку из пшеничного хлеба (лаваш), на неё – снятый со шпалки люля-кебаб (2–3 шт. на порцию) и закрывают другим концом лепешки. Рядом или вокруг укладывают гарнир: зеленый или репчатый лук, помидоры, дольку лимона, зелень. Отдельно в соуснике подают соус «Южный» или на розетке сухой барбарис. Люля-кебаб можно отпускать без лаваша.

Для лаваша из муки, воды и соли замешивают крутое тесто, раскатывают лаваш толщиной 1 мм, выпекают на противне без жира.

Баранина 277, жир-сырец 10, лук репчатый 20, соль 5, перец 0,1, мука 45, вода 12, лук зеленый 50, петрушка (зелень) 11, сумак 3. Выход 235.



VI. Блюда из котлетной массы



Котлеты, биточки с гарниром. Подготовленные полуфабрикаты котлет или биточков укладывают на противень или сковороду, разогретую с жиром, обжаривают до образования поджаристой корочки, ставят в жарочный шкаф и доводят до готовности. При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир, рядом – котлеты, поливают растопленным маслом или подливают соусы красный, луковый, красный с луком и корнионами, томатный, сметанный, сметанный с луком. Подают с простым или сложным гарниром. Биточки при отпуске кладут в баранчик и поливают соусом сметанным, сметанным с луком.



Подготовленные полуфабрикаты для блюда «шницель рубленый» жарят и отпускают так же, как котлеты.

Зразы рубленые. Подготовленные зразы кладут на разогретый с жиром противень, обжаривают до образования поджаристой корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир – гречневую или рисовую кашу, картофельное пюре, рядом – зразы (1–2 шт. на порцию), поливают маслом или подливают соус красный или луковый.

Тефтели. Подготовленные полуфабрикаты тефтелей укладывают на противень в один ряд, обжаривают на плите или в жарочном шкафу, заливают соусом красным, томатным или сметанным с томатом и тушат 10–12 мин в жарочном шкафу. Тефтели можно обжарить во фритюре, затем уложить в неглубокую посуду в 1–2 ряда, залить соусом и тушить.

При отпуске в баранчик или тарелку кладут гарнир – рассыпчатый рис, гречневую кашу или картофельное пюре, рядом – тефтели, поливают соусом, в котором они тушились, посыпают измельченной зеленью петрушки, можно посыпать рубленым чесноком.

Рулет с макаронами. Подготовленный рулет запекают 30–40 мин в жарочном шкафу при температуре 220–230 °С. Готовый рулет нарезают на порции.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут 1–2 куска рулета и поливают соусом красным или луковым, можно полить мясным соком. Если рулет фарширован пассерованным луком и яйцами, то при отпуске кладут гарнир.



VII. Отварная птица



Куры, цыплята, индейки отварные. Заправленные тушки птицы закладывают в горячую воду (на 1 кг продукта 2–2,5 л воды), быстро доводят до кипения, снимают пену, добавляют репчатый лук, нарезанные белые корни, соль, нагрев уменьшают и варят при температуре 85–90 °С до готовности. Готовность птицы определяют проколом поварской иглой в толстую часть мякоти ножки (игла свободно проходит, вытекающий из прокола сок прозрачный).

Сваренную птицу вынимают, дают ей остыть и рубят на порции по два кусочка (от окорочка и филе). Вначале тушку разрубают вдоль пополам, затем каждую половину делят на филе и ножку и нарубают их на одинаковое количество кусочков, складывают в глубокую посуду, заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите в закрытой посуде.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут припущенный рис, картофельное пюре или отварной картофель, рядом – порцию птицы, поливают соусом белым, белым с яйцом, паровым, можно полить сливочным маслом.

Курица 208, или цыпленок 184, или бройлер-цыпленок 175, или индейка 186, лук репчатый 4, петрушка (корень) 4, гарнир 150, соус 75. Выход 325.

Куры, цыплята жареные. Целые тушки птицы натирают солью с поверхности и изнутри. Заправленные тушки кур или цыплят кладут спинкой вниз на разогретый противень с жиром и жарят до образования на поверхности румяной корочки. При этом тушку поворачивают со спинки на один бок, затем на другой и на грудку. Дожаривают тушки в жарочном шкафу при температуре не выше 200 °С. Во время жарки в шкафу их периодически переворачивают и поливают выделившимся жиром и соком. Перед жаркой цыплят и нежирных кур смазывают сметаной, чтобы образовалась более румяная корочка. Готовность определяют проколом поварской иглой в толстой части мякоти, из готовой птицы, вытекает прозрачный сок. Старых кур перед жаркой варят или после жарки припускают до мягкости.

Жареные тушки птицы разрубают вдоль на две части, затем каждую половину делят на филе и ножку и нарубают их на одинаковое количество кусочков. Филе рубят в поперечном направлении, а ножки – наискось. На порцию используют по два кусочка (филе и окорочек). Если разрубают на порции крупную жареную птицу, то можно вырубить спинную кость. Цыплят отпускают целыми тушками или разрубают вдоль пополам посередине грудной кости, иногда разрубают на 3–5 частей. Нарубленные куски птицы кладут в сотейник, подливают мясной сок и прогревают 5–7 мин.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут жареный картофель, рядом – порцию жареной птицы, поливают мясным соусом и сливочным маслом. Дополнительно на гарнир можно подать в салатнике, вазочке или пирожковой тарелке салат зеленый, салат из красной или белокочанной капусты, маринованные ягоды и фрукты, моченые яблоки.

Курица 216, или цыпленок 213, или бройлер-цыпленок 196, сметана 3, маргарин столовый 5, масло сливочное 7, гарнир 150. Выход 257.





Гусь, утка, индейка жареные.

Заправленные тушки гуся, утки или индейки натирают солью, укладывают спинкой вниз на противень, поверхность индеек поливают растопленным маслом, а гусей и уток смачивают горячей водой и жарят в жарочном шкафу. Через каждые 10–15 мин птицу поливают выделившимся жиром и соком. Когда на поверхности грудки образуется румяная корочка, тушку переворачивают спинкой вверх и жарят до готовности, к концу жарки температуру в жарочном шкафу понижают. Старых гусей перед жаркой отваривают до полуготовности.

Готовую птицу разрубают на порции, складывают в посуду и хранят в холодильнике. Перед подачей нарубленную птицу кладут на противень или в сотейник, наливают немного мясного сока и прогревают в жарочном шкафу 5–7 мин при температуре 160–180 °С.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут жареный картофель, рядом – кусочки гуся, утки или индейки, поливают мясным соком. Гуся или утку рекомендуется отпускать с тушеной капустой или печеными яблоками.

Приготовление печеных яблок.

Антоновские яблоки промывают, очищают от кожицы и семян, нарезают дольками, укладывают на противень, смазанный маслом, посыпают сахаром и запекают в жарочном шкафу.

Цыплята табака. У обработанного цыпленка разрубают грудку вдоль, распластывают, придавая плоскую форму; если используют половинку, то разрубают вдоль пополам. Затем посыпают солью, смазывают сметаной, можно предварительно натереть чесноком. Подготовленного цыпленка кладут на сковороду, разогретую с маслом, и жарят с двух сторон под прессом.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут цыпленка, вокруг укладывают гарнир: помидоры, зеленый лук, разрезанный на части длиной 3–4 см, или репчатый, нарезанный кольцами, дольку лимона. Украшают листиками салата или зеленью петрушки, отдельно подают соус ткемали или толченый чеснок, разведенный бульоном или винным уксусом.

Цыплята 414, масло сливочное 18, сметана 5, соус ткемали 50 или чеснок 26, вода кипяченая 30. Выход 250/50.





Котлеты натуральные из филе кур или дичи. Подготовленный полуфабрикат куриного филе с косточкой кладут на разогретую с маслом сковороду или в сотейник и жарят с двух сторон.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут крутон из пшеничного хлеба или слоеного теста, рядом букетами укладывают сложный гарнир, состоящий из 3–4 видов овощей: картофель жареный или фри, зеленый горошек, цветную капусту, морковь, стручки фасоли. На крутон укладывают котлету, поливают её сливочным маслом, на косточку надевают папильотку, гарнир можно положить в корзиночки (тарталетки).

Котлеты из филе птицы или дичи панированные жареные. Подготовленный полуфабрикат кладут на разогретую с маслом сковороду, обжаривают до образования золотистой корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку укладывают сложный гарнир из 3–4 видов овощей, рядом кладут крутон из пшеничного хлеба, на него – котлету, поливают сливочным маслом, на косточку надевают папильотку. Гарнир можно положить в корзиночки (тарталетки).

Котлеты по-киевски. Подготовленный и выдержанный в холодильнике полуфабрикат жарят во фритюре 5–7 мин до образования золотистой корочки, затем кладут на сковороду и ставят в жарочный шкаф на 2–3 мин.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут сложный гарнир, состоящий из 3–4 видов овощей: картофель, жаренный во фритюре соломкой, зеленый горошек, стручки фасоли, цветную капусту, рядом – крутон из пшеничного хлеба, на него укладывают готовую котлету, поливают её маслом, на косточку надевают папильотку. Гарнир можно положить в корзиночки.

Курица 231, масло сливочное 30, яйца 1/4 шт., хлеб пшеничный 28, кулинарный жир 15, гарнир 150, масло сливочное 10. Выход 288.



Птица, дичь по-столичному (шницель).
Подготовленный полуфабрикат жарят непосредственно перед подачей. Для этого его кладут на разогретую с маслом сковороду, жарят до образования поджаристой корочки, затем дожаривают 3–5 мин в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку укладывают сложный гарнир из 3–4 видов овощей: картофель, жаренный во фритюре соломкой, зеленый горошек, рядом – крутон, на него – шницель. На шницель кладут консервированные фрукты, прогретые в сиропе, и в момент подачи – охлажденное сливочное масло в виде цветочка.

Курица 272, или бройлер-цыпленок 316, или фазан 1/4 шт., хлеб пшеничный 37, яйца 1/2 шт., масло сливочное 20, гарнир 150, масло сливочное 10. Выход 290.

Котлеты рубленые из птицы или дичи.
Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях или белой панировке (хлеб можно нарезать в виде соломки или кубиков) и формируют котлеты. Укладывают их на разогретый с маслом противень, обжаривают с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на тарелку или порционное блюдо кладут гарнир: картофель отварной или жареный, картофельное пюре, рисовую или гречневую кашу, зеленый горошек, сложный гарнир, рядом укладывают котлеты (2–3 шт. на порцию), поливают сливочным маслом.





Гусь, утка по-домашнему.

Обработанные тушки птицы рубят на куски по 2–3 шт. на порцию, кладут на разогретый с жиром противень, посыпают солью и обжаривают. Складывают каждую порцию в горшочек, добавляют картофель, нарезанный дольками и обжаренный, слегка пассерованный нашинкованный лук, лавровый лист, соль, перец. Заливают бульоном, закрывая все продукты, и тушат в жарочном шкафу до готовности. Отпускают в горшочках, в которых приготавливали, посыпают измельченной зеленью.

Чахохбили. Нарубленную на куски птицу кладут на разогретую с жиром сковороду, посыпают солью, перцем, обжаривают при сильном нагреве. Складывают в глубокую посуду, добавляют пассерованный репчатый лук, мелко нарезанные помидоры, сухую мучную пассеровку, бульон или воду, уксус, зелень кинзы и базилика, толченый чеснок, перец, лавровый лист и тушат до готовности.

При отпуске кладут в баранчик или на порционную сковороду, посыпают зеленью, кладут дольку лимона. Можно отпустить с рисом.

VIII. Блюда из субпродуктов мяса и субпродуктов ПТИЦЫ

