

# БЛЮДА ИЗ КРУП

Альметьевский торгово-  
экономический техникум

Студентка 302 группы

Мухамадиева Э. Ф.

Преподаватель

Шафигулина Г. И.

# СОДЕРЖАНИЕ

- Введение
- Определение, классификация
- Рисовые шарики
- "Гаджар Пулау" - потрясающее индийское блюдо из риса
- "Одесская солянка"
- Правило подачи блюд
- Оформление блюд из круп
- Требования к качеству

## ВВЕДЕНИЕ

Кулинария, как национальная и общественная культура, имеет огромную рецептуру блюд и самых разнообразных видов продуктов. Большое место в этом ассортименте составляют крупы.

До последнего времени выработку круп основывали только на механической технологии, которую в общем виде можно представить следующей схемой: очистка зерна от примесей, сортирование очищенного зерна, по крупности, отделение ядра от пленок, обработка ядра в различных вариантах в зависимости от рода зерна и сорта получаемой крупы (шлифование, полирование, дробление или плющение) сортирование готовой продукции.



# ОПРЕДЕЛЕНИЕ И КЛАССИФИКАЦИЯ БЛЮД ИЗ КРУП

Из круп можно готовить супы, каши и различные кулинарные изделия. Каши можно варить из любого вида круп на воде, или на цельном, либо разбавленном водой молоке.

По консистенции их подразделяют на рассыпчатые вязкие и жидкие в зависимости от соотношения взятых крупы и жидкости.

Рассыпчатые каши - рисовую, гречневую, пшеничную, перловую, ячневую, пшеничную, полтавскую - варить на воде. В рассыпчатой каше зерна должны быть набухшими, хорошо проваренными, в основном сохранившими свою форму и легко отделяющимися одно от другого.

Вязкие каши готовят на воде, молоке или молоке с добавлением воды. В готовой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными.

Вязкая каша представляет собой довольно густую массу. При температуре 60-70° С она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Из 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши.

Молочные вязкие каши отпускают в горячем виде с жиром.

При варке каш необходимо учитывать, что различные виды круп по-разному набухают и развариваются в воде и молоке.

Жидкие каши можно готовить из пшена, риса, ячневой, пшеничной манной, овсяной круп и геркулеса.

Варят их на воде или на воде с добавлением молока. Отпускают жидкие каши со сливочным маслом, вареньем, джемом, повидлом, медом (25-30 г на порцию), а также с корицей, которой посыпают кашу при отпуске. (0,5 г на порцию).

Приготавливают жидкие каши так же, как и вязкие, но с большим количеством жидкости.

Блюда из круп являются важным источником углеводов и белков. Однако белки круп неполноценны по содержанию некоторых аминокислот, поэтому следует сочетать крупы с другими продуктами.



# РИСОВЫЕ ШАРИКИ

Ингредиенты для

Рис— 200г

Сливки — 150 мл

Сыр— 100 г

Яйцо — 2 шт

Мука

Сухари панировочные

Итак, разогреем сливки (можно заменить молоком), смешаем их с тертым сыром.

Помешиваем, пока сыр не расплавится

Добавляем рис, перемешиваем.

Дальше есть несколько вариантов. Выкладываем рис в форму, хорошенько прессуем и ставим в холодильник до остывания. Когда остынет, режем на кусочки любой формы.

Или можно завернуть в пленку, придать форму, а потом уже остывшие колбаски режем на кусочки

...

Или просто немного остудим и сформируем шарики

Перед тем как пожарить, каждый кусочек обваливаем сначала в муке, затем в яйце, затем в панировочных сухарях

Обжариваем со всех сторон до золотистой корочки.



# "ГАДЖАР ПУЛАУ" - ПОТРЯСАЮЩЕЕ ИНДИЙСКОЕ БЛЮДО ИЗ РИСА

## Ингредиенты

Рис(сорт "Басмати" или любой длиннозёрный белый рис) – 1 стакан.

Морковь (натёртая на крупной тёрке) – 1 1/4 стакан.

Кокос (свежая или сушёная натёртая мякоть кокоса) – 3 ст. л.

Кунжут (другое его название "Сезам") – 1 1/2 ст. л.

Масло растительное (можно заменить топлёным маслом "ГХИ") – 2 ст. л.

Изюм – 2 ст. л.

Вода – 2 стак.

Соль – 1 ч. л.

Специи

Разогреть масло в толстостенной кастрюле на среднем огне и высыпать туда специи - семена кунжута, гвоздику, черный перец, палочку корицы и кокосовый орех.

Жарить, помешивая, пока кокосовый орех не станет золотистым.

Теперь всыпать рис и обжарить его несколько минут, пока зерна риса не станут слегка прозрачными.

Добавить горячую воду и оставшиеся компоненты, усилить огонь и довести до кипения. Воду можно предварительно вскипятить в чайнике.

Сделать огонь минимальным, накрыть плотно прилегающей крышкой, и пусть медленно кипит без помешивания 20-25 минут, пока рис не станет воздушным, овощи мягкими, а вся жидкость не впитается.

Выключить огонь и оставить рис под крышкой на 5 минут, чтобы нежные зерна обрели прочность.

Открыть крышку и насладиться потрясающей красотой и чудесным ароматом! Аккуратненько всё перемешать и выложить в тарелки деревянной ложкой или вилкой, чтобы не повредить рис.



## "ОДЕССКАЯ СОЛЯНКА"

### Ингредиенты:

Лук репчатый — 2 шт

Морковь — 1 шт

Курица (тут выбор велик: солянка будет вкусной и с крылышками, и с бедрышками, и даже с субпродуктами) — 600 г

Рис — 0,5 стак.

Капуста белокочанная (небольшая) — 1 шт

Сок томатный — 200 мл

Специи

Масло растительное

На растительном масле обжариваем измельченные лук с морковью. Когда они будут почти готовы - добавляем в сковороду мясо. Отмечу еще раз, что это может быть любое мясо и любые субпродукты. Обжариваем мясо до золотистой корочки.

Минут через 15 добавляем в сковороду нашинкованную капусту, рис и томатный сок. И тушим блюдо до полной готовности риса. В самом конце добавим любимые специи, и можно обедать.



## ПРАВИЛО ПОДАЧИ БЛЮД



Красиво расположенные на подносах или тарелках блюда не только радуют взгляд, но и возбуждают аппетит. Для этого нужно знать и соблюдать основные правила сервировки блюд. Главное правило: поднос или тарелка не должны быть перегружены, иначе красота теряется.

Обычно центральное место на подносе или тарелке занимает главное или основное блюдо. Украшения располагаются вокруг и они должны гармонировать с основным компонентом по цвету и по вкусу.



# ОФОРМЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ КРУП



# ОФОРМЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ КРУП



# ОФОРМЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ КРУП



# ОФОРМЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ КРУП



# ОФОРМЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ КРУП



## ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ

Каши должны иметь влажность, установленную Сборником рецептур (в %): рассыпчатая гречневая - 60, пшенная - 66, рисовая - 70 и т.д.; вязкая гречневая, пшенная и пшеничная - 79, рисовая, перловая, ячневая - 81 и т.д.; жидкая пшенная, пшеничная - 83, рисовая - 87.

Не допускаются пригорелый привкус, горечь, затхлый запах, посторонние включения.

В рассыпчатых кашах зерна должны быть целыми и отделяться друг от друга, а у вязких каш - хорошо набухшими, разварившимися.

