

Презентация одного супа: Зеленые щи.



Подготовил студент
Группы 1-21
Голубев Егор

История зеленых щей.

- Щи на Руси появились в IX веке, когда из Византии впервые была завезена капуста. Предполагается, что слово «щи» (или шти) происходит от древнерусского «съти», изначально собирательного наименования любых густых и питательных жидких кушаний. Быстро завоевав популярность во всех слоях населения, они заняли одну из ведущих позиций в трапезе. Поначалу это было вегетарианское культовое блюдо (на овощном или грибном отваре), но затем из него сделали и скоромное, добавляя мясной или рыбный бульон. Ингредиенты в щи добавлялись самые разные. Это зависело и от времени года, и от богатства дома или бедности. Очень много поговорок, песен, прибауток и пословиц сложил русский народ про щи. Среди них и знаменитые :«Щи да каша – пища наша», «От щей добрые люди не уходят», «Кипятите щи, чтобы гости шли», «Голь голью, а луковка во щи есть», «Где



Приготовление зеленых щей.

- Рецепт приготовления русских зеленых щей, ингредиенты: 1. говяжий бульон; 2. щавель; 3. репчатый лук; 4. картофель; 5. морковь; 6. шпинат в качестве добавки



Технологическая карта

Наименование продуктов	Норма расходов в г на 1	продуктов изделие	Расход сырья на 100 порций в кг
	Вес брутто	Вес нетто	
Щавель	98,75	75,0	9,8750
Картофель	33,25	25,0	3,3250
Масло сливочное	6,0	6,0	0,6000
Лук репчатый	12,0	10,0	1,2000
Масса лука пассерованного		7,47	
Мука пшеничная		5,0	0,5000
Яйцо (шт)	5,0	5,0	12,5000
Сметана 20% жирности	1/8 шт	5,0	0,5000
Вода	187,5	187,5	18,7500
Соль	0,25	0,25	0,2000
выход		250 г	

Технология.

Картофель предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают овощи в проточной питьевой воде в течение 5 минут. Зелень и щавель перебирают, промывают. Репчатый лук перебирают, очищают от кожицы, промывают. Щавель припускают в собственном соку, затем протирают. В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиком, и варят до полуготовности, затем добавляют пассерованный лук, пюре их щавеля и варят 15 минут. За 5-10 минут до окончания варки щи заправляют пассерованной мукой, разведенной водой, добавляют соль прокипяченную сметану и доводят до кипения. Яйца предварительно обрабатывают, согласно санитарным правилам и нормам, отваривают в течении 10 минут после закипания воды, очищают, нарезают на дольки или кружочки, кладут в щи при отпуске.

Пассерование лука. Репчатый лук пассеруют на сливочном масле. В разогретое до температуры 130-140 градусов масло закладывают нашинкованный кубиком лук слоем 5-7 см и пассеруют при температуре не выше 110 градусов. Продолжительность пассерования лука – 5-8 минут.

Пассерование муки без жира. Муку насыпают на противень тонким слоем и пассеруют до светло-кремового цвета, периодически помешивая при температуре 110 градусов в жарочном шкафу, затем охлаждают, разводят водой или отваром, процеживают и вводят в щи. Температура подачи первого блюда +75 градусов. Срок реализации – 2-3 часа с момента приготовления.

Пищевые вещества (г)

Ккал	Белк и	Жир ы	Углевод ы	Клетчатк а	Орг. к-ты
118	3,10	6,69	10,85	1,08	0,59

Минеральные вещества (мг)

Na	K	Ca	Mg	P	Re
125.89	556.67	50.74	74.17	107.29	2.06

Витамины (мг)

A	карот	B1	B2	PP	c
0.05	1.90	0.19	0.13	0.69	38.26

Зеленые щи
рекомендуют
подавать со
сметаной и яйцом.

