

# План

1. *История блюда.*
2. *Предназначение блюда.*
3. *Сырьё.*
4. *Подготовка сырья.*
5. *Технология приготовления.*
6. *Ассортимент блюд.*
7. *Требования к качеству.*
8. *Сроки хранения.*

# История блюда

Щи - исконно русское блюдо. Основным их компонентом является капуста, известная еще со времен Римской империи. В России это растение появилось с приходом христианства. Существует версия, что бывшие язычники, вынужденные поститься, к чему призывала новая религия, придумали сытное блюдо на основе "разрешенных" продуктов. Так, с X века это блюдо стало едва ли не основой русской кухни.

Щи были не для всех одинаковыми: одни, более полные по составу, так и назывались – «богатые», про другие говорили – «пустые», так как их порой варили из одной капусты да лука. При всех многочисленных вариациях от «богатых» до «пустых» и при всех региональных разновидностях щей всегда сохранялся традиционный способ их приготовления и связанный с ним вкус и аромат. Огромное значение для создания неповторимого вкуса щей имело то, что их готовили, а затем томили (настаивали) в русской печи. Неистребимый ничем аромат щей – «щаной дух» – всегда стоял в русской избе. Со значением щей в повседневной жизни были связаны русские поговорки: «Щи – всему голова», «Щи да каша – пища наша» и др.

Поразительное долголетие щей можно объяснить, пожалуй, их неприедаемостью. Щи не надоедают при частом употреблении. Их можно есть, чуть ли не ежедневно в любое время года.

# Предназначение блюда

Щи – основное жидкое горячее блюдо.  
Они всегда хороши — в студеную зимнюю пору и в изнывающую жару, когда холодные щи из кваса со льдом и с пряной зеленью становятся особенно необходимыми в рационе питания.



# Сырё

Щи состоят из шести основных компонентов:

1. **капусты** (или заменяющей её ведущей овощной массы),
2. **мяса** (или, в очень редких случаях, рыбы, грибов – сушёных или солёных),
3. **картофеля**
4. **кореньев** (моркови, корня петрушки),
5. **пряной заправки** (лука, сельдерея, чеснока, укропа, перца, лаврового листа)
6. **кислой заправки** (сметаны, яблок, капустного рассола).



# Формы нарезки

## Капуста:



*Шашки*



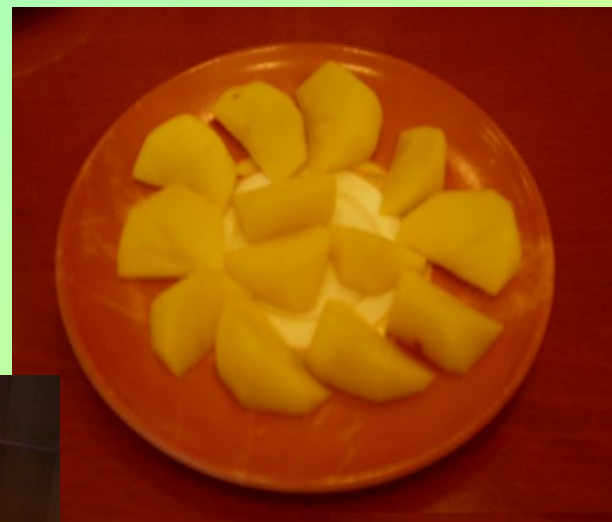
*Соломка*

# Формы нарезки

## Картофель:



*А) кубиками*



*Б) дольками*



*В) брусочками*

# Формы нарезки

## Коренья:



Соломка;



Дольки

# Технология приготовления



Мясо отварить до готовности (варить 1-1,5 часа после закипания).





Затем мясо нарезать  
небольшими кусочками



Добавить обратно в бульон



Лук мелко покрошить.



Морковь натереть на крупной терке.



На растительном масле обжарить лук.



Добавить морковь, обжарить.



Картофель почистить,  
нарезать кубиками или брусочками.



В кипящий бульон добавить  
картофель, варить 5-7 минут.



Добавить капусту (если капуста сильно кислая, промыть ее в холодной воде), варить 10 минут.



Добавить обжаренные лук и морковь.



Следом добавить корень петрушки или пастернака, перец, лавровый лист.  
Если необходимо, посолить.  
Варить до готовности картофеля.

## Приготовление бульонов

Бульон – это отвар, полученный при варке в воде мяса, костей птицы, рыбы. Вкусовые качества зависят от соотношения в нем воды и продукта, степени его измельчения, продолжительности варки.

В зависимости от концентрации:

- нормальные на 1 кг продукта 4 -5 л. воды
- концентрированные на 1 кг – 1,25 л воды.

## Виды бульонов

- Костный;
- Мясо – костный;
- Рыбный;
- Грибной;
- Куриный;

# Примечание

1. Если с картофелем, то закладываем после капусты;
2. Раннюю капусту закладываем вместе в картофелем;
3. Если капуста горчит – бланшируем;
4. Если капуста квашенная – её тушат с жиром, томатом и небольшим количеством бульона 1,5 ч. и закладывают после картофеля.
5. Если с крупой - то отвариваем отдельно до полуготовности, закладываем крупу первой.



# Для повышения калорийности и питательной ценности щей

**вводятся :**

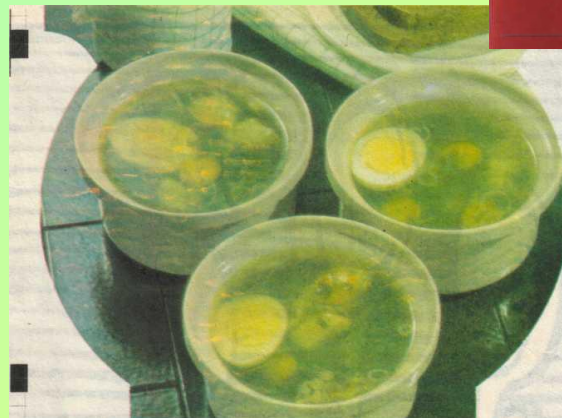
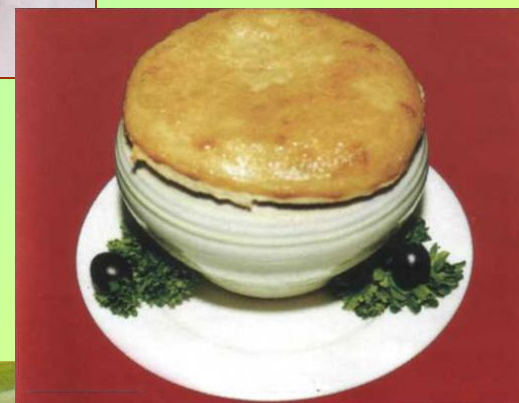
- **Мясо;**
- **Рыба;**
- **Копчености;**
- **Ветчина;**
- **Сало;**
- **Сметана или майонез;**

# Традиционная подача щей

- При отпуске тарелку нагреваем до 40С, кладём основной продукт (кусок мяса или рыбы), наливаем щи, кладем сметану (кроме рыбного бульона), посыпаем рубленой зеленью.
- Температура подачи щей 75С



# Виды подачи щей



# Ассортимент блюд

**ЩИ БОГАТЫЕ (ПОЛНЫЕ)**

**ЩИ СБОРНЫЕ**

**ЩИ ПОСТНЫЕ**

**ЩИ ПРОСТЫЕ МЯСНЫЕ**

**ЩИ СУТОЧНЫЕ**

**ЩИ ЛЕНИВЫЕ (ИЛИ РАХМАННЫЕ)**

**ЩИ КИСЛЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ**

**ЩИ СЕРЫЕ (РАССАДНЫЕ)**

**ЩИ ЗЕЛЁНЫЕ**

**ЩИ КРАПИВНЫЕ**

**ЩИ РЕПЯНЫЕ**

# Требования к качеству

- **Внешний вид** – капуста и коренья сохранили форму нарезки, на поверхности блестки жира, сметана и укроп.
- **Консистенция** – овощи и коренья мягкие.
- **Цвет бульона** – бесцветный или слегка коричневый, жир оранжевый.
- **Вкус и запах** – в меру соленый, с ароматом пассированных овощей, томата, капусты и специй.

**Не допускается запах пареной капусты.**

# Хранение супов

Супы рекомендуется хранить **не более 2 часов** после приготовления  
(за исключением суточных)

Более длительное хранение приводит к разрушению витаминов и ухудшению внешнего вида блюда.