

Блюда из птицы



Пищевая ценность птицы



Блюда из домашней птицы являются важным источником белков. В мясе птицы меньше соединительной ткани, чем в мясе. Содержание белка в мясе вареной птицы достигает до 30% от его общей массы. Жиры птицы легкоплавки, поэтому хорошо усваиваются.

Блюда из птицы



Особенно ценятся блюда из филе птицы, так как они содержат больше азотистых веществ и отличаются нежной консистенцией. Кулинарные изделия из нежирной домашней птицы широко используются в лечебном питании. Гарниры из круп и картофеля дополняют блюда из птицы, дичи углеводами, а овощные - обогащают их витаминный и минеральный состав.



Тепловая обработка птицы



Способ тепловой обработки зависит от вида птицы, их упитанности, возраста. И других факторов. Кур и индеек жарят, варят, а гусей и уток для вторых блюд чаще жарят и тушат.

Виды тепловой обработки



1. Варка
2. Припускание
3. Жарка основным способом
4. Жарка во фритюре
5. Тушение
6. Запекание



Рулет из птицы



Курицу промыть, уложить на доску спинкой вниз. По выступу грудной кости сделать продольный надрез. Снять чистое филе курицы, а коркас птицы убрать для приготовления бульона. Чистое филе отбить, надрезать сухожилия.

Приготовление рулета



Подготовленное филе птицы хорошо промазать аджикой, уложить кружки колбасы, омлет, зелень петрушки и туго свернуть в рулет. Рулет завернуть в салфетку и туго перетянуть нитками.

Тепловая обработка.

В кипящую воду положить соль, опустить рулет и варить 30-40 минут до готовности. Рулет вынуть шумовкой и положить под гнет, до полного остывания. Снять салфетку, убрать нитки.



Готовое блюдо



Подготовленный рулет нарезать на порции и уложить на тарелку. Оформить зеленью, накорбованными овощами.

На гарнир можно подать отварные и тушеные овощи, соус сметанный с томатом.



О - КИЕВСКИ

Очень вкусное изделие из куриной грудки.

Фаршируют котлеты зеленым маслом.

Зеленое масло

1. Масло размягчить при комнатной температуре.
2. Зелень промыть и мелко нарезать, добавить чеснок.
3. Смешать пряности с солью, маслом, лимонным соком.

Приготовление зеленого масла



Приготовление полуфабриката

- 1. Сделать надрез вдоль килевой кости.
- 2. Отрезать с грудки филе с косточками от крылышек.



Приготовление полуфабриката

- 3. Отделить малое филе от большого.



Приготовление



Приготовление

6. Котлету аккуратно срезают и придают



Панирование изделия

Панированием называют - обваливание полуфабриката в муке, сухарях или тертом хлебе. В результате панирования уменьшается вытекание сока и испарение влаги.

кулинары
поджари



Льезон

Образовано от французского слова «льезон» – связь называют яично – молочную смесь. Для ее получения сырые яйца смешивают с молоком и солью.

На одно яйцо берут
75 – 100 гр молока
и 2-4 г соли.

Изготовление полуфабриката

1.



Изготовление полуфабриката

- ОБМАСКИТЬ В АЛЮМИНИИ ЗАПЕЧИТЬ В БЕ



Жарка во фритюре

В кастрюле разогреть растительное масло до температуры 160 градусов и уложить аккуратно котлету в горячее масло.

Обжарить с каждой стороны по 5 минут.



минуты

Подача готового изделия

Аккуратно выложить котлеты на противень и довести до готовности в жарочном шкафу 4-5 минут. Котлеты по - киевски подаются с отварным рисом,

картофельными фри,
свежими овощами



фри,

Большая Кулинарная Книга



Просто и вкусно!

vk.com/bigcookbook

иография

Справочник технолога
общественного
питания.

Издание 2
переработанное.

Технология
приготовления пищи.

С.И. Ожегов,
Н.Ю. Шведова

Толковый словарь
русского языка.