Гарячі перші страви. Рецепти та технологія приготування.

Заправні супи

1.Овочі нарізають відповідної форми.
2. Квашену капусту тушкують
3. Солоні огірки припускають
4. Буряки варять або печуть, тушкують або припускають.
5. Крупи перебирають, дрібні просівають, промивають.
6. Пшоно бланшируют.
7. Перлові крупи варять до напівготовності
8. Макарони перебирають і розламують

Послідовність викладання:
1. Викладають прогріті в бульйоні кусочки м'яса, птиці або риби, грибів і т.д.
2. Наливають суп.
3. Посипають зеленню.
4. Сметану кладуть в тарілку або подають окремо в соуснику.

Бульйон або відвар проціджують і доводять до кипіння

Додають в послідовності залежно від тривалості варіння, варять

Моркву, біле коріння, цибулю, томати, томатне пюре пасерують

Заправляють за 10-15 хв. до готовності.

Пасерують борошно

Варять при слабкому кипінні

Додають за 5-7 хв. до готовності

Лавровий лист, перець і сіль

Настоюють 10-15 хв. для спливання жиру

Порціонують і подають

Вихід на порцію може становити **500, 400, 300, 250г** в залежності від попиту

ЗАГАЛЬНІ ПРАВИЛА ПРИГОТУВАННЯ ЮШОК КАРТОПЛЯНИХ З ОВОЧАМИ, КРУПАМИ, БОБОВИМИ І МАКАРОННИМИ ВИРОБАМИ

Картопляні супи готують на м'ясному, рибному, грибному бульйонах і вегетаріанські.

Якщо супи готують на овочевому відварі, можна додати гаряче молоко

Асортимент супів різноманітний - овочеві, з крупами, макаронними виробами, бобовими

Свіжі овочі для картопляних супів нарізають залежно від виду продуктів, які додають:

- для супів з макаронними виробами - брусочками і соломкою;
- для супів з крупами і бобовими - скибочками, кубиками, часточками тощо.

Цвітну капусту розбирають на маленькі суцвіття.

Стручки квасолі нарізають ромбиками

Крупи, крім перлової, засипають у бульйон сирими перед картоплею і пасерованим корінням.

Макарони кладуть у бульйон за 15-20 хв перед картоплею, локшину одночасно з нею, а вермішель - через 5-8 хв.

Замість томатного пюре краще використовувати свіжі томати

Подають з м'ясними продуктами, рибою, грибами, посипають зеленню.

До супів можна подавати пиріжки, кулеб'яку, каші.

Вимоги до якості супів картопляних

Зовнішній вигляд: бульйон прозорий або трохи каламутний (якщо суп з крупою).

Картопля і овочі нарізані скибочками, кубиками або брусочками.

Овочі не розварені, непом'яті; частина картоплі може бути розвареною.

Картопля добре обчищена, без вічок і темних плям.

Часточки жиру на поверхні жовтого кольору або безбарвні.

Смак і запах пасерованих овочів і спецій.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СУПІВ КАРТОПЛЯНИХ

Картопляні супи готують на м'ясному, рибному і грибному бульйонах та вегетаріанські.

Якщо супи готують на овочевому відварі, можна додати гаряче молоко.

Бульйон або вода → **Доводять до кипіння**

Нарізана картопля часточками, брусочками або кубиками → **Доводять до кипіння**

Пасероване коріння (*кубиками або соломкою*) **з цибулею** *(січена, часточками або соломкою)* **і томатним пюре** → **Варять до готовності 10-15 хв**

Спеції, сіль → **Доводять до смаку**

Зелень → **Подають**

✓ Юшка буде смачнішою, якщо замість томатного пюре додати свіжі томати

ПОДАЮТЬ КАРТОПЛЯНІ СУПИ

З рибою

З фрикадельками

З грибами

З м'ясом

З галушками

З пельменями

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СУПІВ КАРТОПЛЯНИХ З РІЗНИМИ КОМПОНЕНТАМИ

Суп овочевий

1. Приготувати бульйон
2. Капусту нарізати шашками, картоплю—кубиками або часточками, моркву і петрушку часточками, скибочками, цибулю і томати — часточками
3. В бульйон покласти картоплю, довести до кипіння і через 5-7хв пасеровані овочі, томати. За 5-7хв до закінчення варіння додати зелений горошок, сіль, спеції
6.Суп подають з зеленню і сметаною
Увага!!! В суп можна покласти варені білі гриби

Асортимент овочів, які входять до складу супу залежить від пори року:
Весною — салат, шпинат, щавель, спаржа;
Влітку — цвітна капуста, кабачки, ріпа, зелений горошок, квасоля;
Восени — гарбуз, брюссельська капуста;
Взимку — свіжоморожені і консервовані овочі

Суп селянський з крупою

1. Приготувати бульйон
2. Овочі нарізати кубиками, часточками, кружальцями, , скибочками, капусту - шашками
3. Коріння і цибулю спасерувати
4. Крупу (перлову, вівсяну, пшеничну, ячну) промити, покласти у киплячу воду (3л на 1кг) і варити до напівготовності, воду злити
5. В бульйон покласти крупу, картоплю, капусту і варити 10-15 хв.
6. Додати пасеровані овочі і томатне пюре або томати
7. Суп подають з зеленню

Рис і пшоно засипають разом з овочами, пластівці вівсяні – за 15-20 хв до готовності

Юшка Полтавська з галушками

1. Приготувати бульйон грибний або з птиці
2. Шпик нарізати кубиками і спасерувати
3. На жиру, що утворився спасерувати цибулю ріпчасту, нарізану кубиками
4. Приготувати галушки з прісного або заварного тіста
5. В бульйон покласти картоплю, нарізану кубиками і через 3-5 хв галушки, варити 10 хв. Заправити салом з цибулею
6. Суп подають з зеленню

Суп польовий

1. Приготувати бульйон
2. Шпик нарізати кубиками і спасерувати
3. На жиру, що утворився спасерувати цибулю ріпчасту, нарізану кубиками
4. Пшоно промити декілька разів теплою водою і пробланшерувати.
5. В бульйон покласти пшоно і через 5-10 хв картоплю кубиками, пасеровану цибулю і варити 10 хв
6. Суп подають з зеленню

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СУПІВ З КРУПАМИ

Крупу (крім манної, полтавської) перебрати, промити і обшпарити, перлову відварити до напівготовності, манну просіяти.

Бульйон проціджують

Доводять до кипіння

Підготовлюють крупи

Варять до напівготовності

Овочі (*цибуля, морква і коріння*) **нарізають дрібними кубиками і пасерують**

Варять 10-15 хв

Сіль, спеції

Доводять до смаку

Подрібнена зелень

Подають

Увага!!!
При варінні супу з картоплею, її закладають враховуючи час варіння крупи

РІЗНОВИДИ СУПІВ З КРУПАМИ

Суп з крупою і томатом

Готують суп з крупою. Наприкінці пасерування овочів додають томатне пюре

Суп рисовий з м'ясом

Готують суп з рисом, додають пасеровану цибулю з томатом. Заправляють розтертим часником з сіллю і перцем

Суп з крупою і фрикадельками

Готують суп з крупою. При відпуску в тарілку викладають припущені фрикадельки

Суп перловий з грибами

Готують на грибному бульйоні. Картоплю нарізають кубиками. Відпускають із сметаною

ТЕХНОЛОГІЧНА СХЕМА ПРИГОТУВАННЯ ЮШКИ КАРТОПЛЯНОЇ З КРУПОЮ

пасерують

варять до напівготовності

перебирають, промивають

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ТА ВІДПУСК РІЗНИХ СУПІВ

Суп-локшина домашня

Суп готують на бульйонах із птиці, з потрухами, на грибному відварі

1. Приготувати прісне тісто з борошна, яєць, солі і води і залишити його на 20-25хв для набрякання білкі

2. Тісто розкачати на пласти товщиною 1-1,5см, підсушити на повітрі, розрізати на смужки шириною 4-5 см , скласти їх, нашаткувати, підсушити. Перед використанням локшину просіяти, варити 2-3 хв у киплячий воді і підкинути на друшляк

3. Коріння і цибулю нарізають соломкою і пасерують. У киплячий бульйон покласти овочі, через 5-8хв підготовлену локшину і варити до готовності. Довести до смаку. Подати з зеленню

Суп харчо

1. Баранячу або яловичу грудинку нарубати на шматки по 25-30 г і зварити бульйон.

2. Цибулю ріпчасту нарізати маленькими кубиками, спасерувати з томатним пюре.

3. У проціджений бульйон покласти кусочки м'яса, підготовлений рис, пасеровану цибулю з томатним пюре і варити до готовності

4. Додати перець, сіль, хмелі-сунелі, ткемалі і заправити часником, розтертим із сіллю.

5. Відпускають з м'ясом, посипаючи зеленню петрушки і кінзи

Куліш пшоняний

1. Підготовлене пшоно бланшируют і варять в бульйоні майже до готовності

2. Заправляють цибулею, підсмаженою на салі, солять і варять 3-5 хв

Увага! Куліш можна готувати з картоплею, залишивши за І колонкою Збірника рецептур страв 20 г пшона на 107 г картоплі (брутто)

Послідовність закладання
продуктів залежить від виду макаронних виробів:

Макарони закладають першими і варять 10-15 хв.

Локшину закладають одночасно з пасерованими овочами

Вермішель і фігурні вироби закладають через 5-8 хв. після закипання пасерованих овочів і томату

Бульйон
(кістковий, м'ясо-кістковий, з птиці, м'ясний, грибний)

Варять 10-15 хвилин

Коріння, моркву і цибулю

нарізають соломкою або кубиками (в залежності від виду макаронних виробів), пасерують

Варять до готовності

Доводять до смаку

Подають зелень

❖ **Суп** можна готувати з томатом і без нього

Вимоги до якості:

Зовнішній вигляд - бульйон трохи каламутний, овочі нарізані відповідно макаронним виробам. Макаронні вироби не розварені, зберегли форму.

Смак властивий макаронним виробам і бульйону.

Запах пасерованих овочів і спецій

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ ТА ВІДПУСК РІЗНИХ СУПІВ

Суп-локшина домашня

Суп готують на бульйонах із птиці, з потрухами, на грибному відварі

1. Приготувати прісне тісто з борошна, яєць, солі і води і залишити його на 20-25хв для набрякання білкі

2. Тісто розкачати на пласти товщиною 1-1,5см, підсушити на повітрі, розрізати на смужки шириною 4-5 см , скласти їх, нашаткувати, підсушити. Перед використанням локшину просіяти, варити 2-3 хв у киплячий воді і підкинути на друшляк

3. Коріння і цибулю нарізають соломкою і пасерують. У киплячий бульйон покласти овочі, через 5-8хв підготовлену локшину і варити до готовності. Довести до смаку. Подати з зеленню

Суп харчо

1. Баранячу або яловичу грудинку нарубати на шматки по 25-30 г і зварити бульйон.

2. Цибулю ріпчасту нарізати маленькими кубиками, спасерувати з томатним пюре.

3. У проціджений бульйон покласти кусочки м'яса, підготовлений рис, пасеровану цибулю з томатним пюре і варити до готовності

4. Додати перець, сіль, хмелі-сунелі, ткемалі і заправити часником, розтертим із сіллю.

5. Відпускають з м'ясом, посипаючи зеленню петрушки і кінзи

Куліш пшоняний

1. Підготовлене пшоно бланшируют і варять в бульйоні майже до готовності

2. Заправляють цибулею, підсмаженою на салі, солять і варять 3-5 хв

Увага! Куліш можна готувати з картоплею, залишивши за І колонкою Збірника рецептур страв 20 г пшона на 107 г картоплі (брутто)

ЗАГАЛЬНІ ПРАВИЛА ПРИГОТУВАННЯ ТА ВИМОГИ ДО ЯКОСТІ МОЛОЧНИХ СУПІВ

Молочні супи готують з макаронними виробами, крупами і овочами на незбираному молоці або суміші молока з водою.

Крім натурального молока, для супів можна використовувати молоко згущене стерилізоване без цукру, молоко коров'яче незбиране сухе.

Макаронні вироби, крупи з цілих зерен і овочі погано розварюються у молоці, тому їх спочатку варять до напівготовності у воді, а потім у молоці.

Молочні супи варять невеликими порціями, оскільки при тривалому зберіганні погіршуються колір, запах, консистенція і смак.

Готовий суп заправляють вершковим маслом.

Вимоги до якості супів молочних

Консистенція: консистенція продуктів, з яких приготовлений суп, м'яка, форма зберігається.

Колір білий.

Смак солодкуватий, слабко солоний, без присмаку підгорілого молока.

Термін зберігання 30-40 хв.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ МОЛОЧНИХ СУПІВ

Молочні супи готують на коров'ячому незбираному молоці або на суміші незбираного молока з водою, а також на молоці згущеному стерилізованому без цукру, молоці коров'ячому незбираному сухому. Макаронні вироби, крупи з цілих зерен і овочі погано розварюються у молоці, тому їх спочатку варять до напівготовності у воді, а потім у молоці.

Молочні супи варять невеликими порціями, оскільки при тривалому зберіганні погіршуються колір, запах, консистенція і смак. Готовий суп заправляють вершковим маслом

Суп молочний з макаронними виробами

Макаронні вироби варять до напівготовності (макарони – 15-20 хв., локшину – 10-12 хв., вермішель – 5-7 хв.), воду зливають, а макарони кладуть у киплячу суміш молока й води і, періодично помішуючи, варять до готовності, додаючи сіль, цукор.

Макаронну засипку («зірочки», «алфавіт», «вушка») відразу засипають у киплячe молоко або суміш молока з водою, додають сіль, цукор, варять до готовності.

Защипують.

Суп молочний з крупою

Підготовлені крупи варять у підсоленій воді до напівготовності 10-15 хв. Вливають гаряче молоко, додають сіль, цукор і варять до готовності. Якщо суп варять на незбираному молоці, крупи слід попередньо проварити у воді 5-7 хв., відкинути на сито і дати стекти воді, а потім покласти в киплячe молоко і варити до готовності. Готуючи суп з ячною або манною крупою, просіяні крупи засипають тоненькою цівкою в киплячe молоко або суміш молока з водою, додають сіль, цукор, варять 5-7 хв. до готовності.

Защипують.

Суп молочний по-поліському

У киплячe молоко кладуть попередньо відварену локшину, додають сіль, цукор і варять до готовності. Защипують.

Приготування локшини.

Крохмаль, сіль, цукор, яйця добре перемішують, додають молоко і замішують тісто однорідної маси.

З тіста випікають на змащених салом і розігрітих сковородах млинчики 1-2 мм завтовшки. Їх нарізують на локшину і підсушують.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ МОЛОЧНИХ СУПІВ З ОВОЧАМИ

Суп молочний з овочами

Моркву, ріпу нарізують скибочками, брусочками, часточками або кубиками; картоплю – кубиками або часточками; білоголову капусту – шашками; цвітну капусту розбирають на суцвіття, стручки квасолі розрізують на 2-3 частини.

Ріпу, деякі сорти білоголової капусти і цвітну капусту попередньо бланшують, щоб зникла гіркість.

У киплячу підсолену воду кладуть пасеровані моркву і ріпу, доводять до кипіння, додають картоплю, капусту і варять при слабкому кипінні до готовності. За 5-7 хв. до закінчення варіння кладуть варену квасолю, вливають гаряче молоко, солять і доводять до кипіння.

Суп інколи заправляють пасерованим борошном, розбавленим молоком або водою.

Подаючи на стіл, суп наливають у тарілку, кладуть шматочок вершкового масла.

Суп молочний з кабачкам

Нарізану часточками картоплю варять у суміші води і молока 10 хвилин, потім додають кабачки, нарізані скибочками, сіль і варять при слабкому кипінні до готовності. Заправляють маслом.

Суп молочний з гарбузом і морквою

Гарбуз і моркву нарізають кубиками або брусочками, припускають з маслом до напівготовності у невеликій кількості води з цукром і сіллю.

Додають гаряче молоко і, безперервно помішуючи, засипають манну крупу і варять до готовності.

Доводять досмаку. Окремо подають грінки, нарізані кубиками або брусочками

Суп молочний з брюссельською капустою

Брюссельську капусту бланширують 2-3 хвилини, відкидають. Дають стекти воді і злегка пасерують з маслом, потім заливають гарячим молоком і водою (по нормі), додають картоплю, нарізану кубиками, солять і варять до готовності при слабкому кипінні.

Окремо подають до супу грінки з хліба, нарізаного скибочками або кубиками.

ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНИХ МОЛОЧНИХ СУПІВ

Затірка молочна (стиранка). Українська кухня

З пшеничного борошна, яєць, солі, води, замішують круте тісто і натирають його на тертці. Тісто можна не замішувати, а розтерти руками. У киплячу суміш молока і води вводять розтерте тісто, додають цукор, сіль і варять до готовності.

Заправляють маслом або маргарином.

Суп молочний солодкий з пивом. Естонська кухня

Молоко кип'ятять і охолоджують до 60°С.

Яйця збивають із цукром, змішують із пивом і додають до гарячого молока. Суміш підігрівають і охолоджують.

Охолодженою сумішшю заливають нарізаний кубиками, попередньо підсушений хліб.

Суп молочний з рибою. Норвежська кухня

Дрібно нарізати цибулю порей і моркву. Очистити від шкірки картоплю і помідори і разом з сьомгою нарізати дрібними кубиками. Налити на дно каструлі трохи рослинного масла і обсмажити цибулю, моркву і помідори. Потім влити в каструлю воду і довести до кипіння. Додати картоплю, сіль і спеції і варити близько 5-7 хв. Потім додати сьомгу, повільно влити вершки або жирне молоко і варити до готовності

Суп молочний з копченостями. Латвійська кухня

Корейку відварюють, видаляють шкуру й кістки, нарізують кубиками, обсмажують разом із дрібно нарізаною ріпчастою цибулею, після цього кладуть у киплячу воду, додають нарізані кубиками моркву, картоплю й варять 20 хв. Наприкінці варіння гаряче молоко, сіль і доводять до кипіння

Елебрад (Суп молочний з пивом). Шведська кухня

В пиво додають лимонну коринку і доводять до кипіння. Борошно розводять в холодному молоці, вливають суміш в пиво , додають цукор, сіль. Додають розмішане яйце з борошном і молоком і теж вливають в суп. Кип'ятять 5 хвилин і знімають з вогню. Окремо збивають жовток з декількома ложками супу і вводять готовий суп.