

Департамент образования и науки Костромской области  
ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

## РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

МДК 03.01. Технология приготовления супов и соусов



**16675 «Повар»** (для лиц с нарушением интеллекта,  
не имеющих основного общего образования)

Кострома 2023

Рассмотрен и одобрен на  
заседании ЦМК  
Механико-технологических  
дисциплин

Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ »  
\_\_\_\_\_ 2022 г.

Председатель ЦМК

\_\_\_\_\_

/ \_\_\_\_\_ /

Рекомендован к применению  
Заседание методического  
совета

Протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ »  
\_\_\_\_\_ 2022 г.

Председатель МС \_\_\_\_\_

/ \_\_\_\_\_ /

**Рабочая тетрадь по МДК 03.01. Технология приготовления  
супов и соусов, разработана по профессии 16675 Повар**  
(для лиц с нарушением интеллекта, не имеющих  
основного общего образования)

Организация-разработчик:

ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Эксперт от работодателя:

**Веричева-Бенедик Анна Владимировна** –управляющая  
кафе «Избушка» города Костромы

Разработчик:

**Тюляндина Оксана Васильевна** – преподаватель высшей  
категории по дисциплинам профессионального цикла.

## СОДЕРЖАНИЕ:

<b>АННОТАЦИЯ</b>	2			
<b>Раздел 1. Ведение технологического процесса приготовления бульонов, отваров и простых супов.</b>				
<b>Тема 1.1. Организация работы горячего цеха.</b>				
<b>Урок 1.</b> Характеристика горячего цеха, организация работы супового отделения горячего цеха	3	<b>Урок 9.</b>	Характеристика молочных супов. Ассортимент и технология приготовления молочных супов. Требования к качеству, сроки хранения.	33
<b>Урок 2.</b> Организация работы соусного отделения горячего цеха. Оборудование для приготовления соусов.	7	<b>Урок 10.</b>	Характеристика сладких супов. Ассортимент и технология приготовления сладких супов. Требования к качеству, сроки хранения.	36
<b>Тема 1.2. Приготовление бульонов и отваров, простых супов.</b>		<b>Урок 11.</b>	Характеристика холодных супов. Ассортимент и технология приготовления холодных супов. Требования к качеству, сроки хранения.	38
<b>Урок 3.</b> Технология приготовления бульонов и отваров, их характеристика.	10	<b>Урок 12.</b>	Характеристика супов-пюре. Ассортимент и технология приготовления супов-пюре. Требования к качеству, сроки хранения.	43
<b>Урок 4.</b> Классификация супов. Характеристика заправочных супов. Правила приготовления заправочных супов.	15	<b>Урок 13.</b>	Методы и варианты оформления первых блюд. Температура подачи основных супов.	47
<b>Урок 5.</b> Характеристика щей. Ассортимент и технология приготовления щей. Требования к качеству и хранению щей.	18	<b>Урок 14-15.</b>	Практическое занятие № 1 «Расчет используемого сырья для приготовления основных супов».	51
<b>Урок 6.</b> Характеристика борщей. Ассортимент и технология приготовления борщей. Требования к качеству и хранению борщей.	22	<b>Урок 16-17.</b>	Лабораторное занятие №1. «Приготовление основных супов».	53
<b>Урок 7.</b> Характеристика рассольников. Ассортимент и технология приготовления рассольников. Требования к качеству и хранению рассольников.	26	<b>Урок 18.</b>	Дифференцированный зачет.	58
<b>Урок 8.</b> Характеристика супов картофельных с макаронными изделиями, крупой,	29	<b>Литература</b>		62

## АННОТАЦИЯ

Рабочая тетрадь профессионального модуля является частью УМК по программе профессионального обучения по профессии 16675 Повар в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД) **приготовления супов и соусов** и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ПК 3.1. Готовить бульоны и отвары.

ПК 3.2. Готовить простые супы.

ПК 3.3. Готовить отдельные компоненты для соусов и соусные полуфабрикаты.

ПК 3.4. Готовить простые холодные и горячие соусы.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими компетенциями обучающиеся в ходе освоения профессионального модуля должны:

### **иметь практический опыт:**

- приготовления основных супов и соусов.

### **уметь:**

- проверять органолептическим способом качество и соответствие основных продуктов и дополнительных ингредиентов к ним технологическим требованиям к основным супам и соусам;

- выбирать производственный инвентарь и оборудование для приготовления супов и соусов;

- использовать различные технологии приготовления и оформления основных супов и соусов;

- оценивать качество готовых блюд;

- охлаждать, замораживать, размораживать и разогревать отдельные компоненты для соусов.

### **знать:**

- классификацию, пищевую ценность, требования к качеству основных супов и соусов;

- правила выбора основных продуктов и дополнительных ингредиентов к ним при приготовлении супов и соусов; правила безопасного использования и последовательность выполнения технологических операций при приготовлении основных супов и соусов;

- температурный режим и правила приготовления супов и соусов;

- правила проведения бракеража; способы сервировки и варианты оформления, температуру подачи;

- правила хранения и требования к качеству готовых блюд;

- виды необходимого технологического оборудования и производственного инвентаря, правила их безопасного использования.

## **Раздел 1. ВЕДЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА ПРИГОТОВЛЕНИЯ БУЛЬОНОВ, ОТВАРОВ И ПРОСТЫХ СУПОВ.**

### **Тема 1.1. Организация работы горячего цеха.**

#### **Урок 1. Характеристика горячего цеха, организация работы супового отделения горячего цеха.**

**Горячий цех** является основным цехом предприятия общественного питания, в котором завершается технологический процесс приготовления пищи. Этот цех предназначен для тепловой обработки продуктов и полуфабрикатов, варки бульонов, приготовления супов, соусов, гарниров, вторых блюд, выпечки мучных изделий, а также тепловой обработки продуктов для холодных и сладких блюд.

Кроме того, в горячем цехе готовят горячие напитки. Из горячего цеха готовые блюда поступают непосредственно для реализации потребителю.



Рисунок 1.1 Горячий цех ресторана

Горячий цех должен иметь **удобную связь** с овощным, мясо-рыбным цехами, складскими помещениями, холодным цехом, торговым залом и моечной кухонной посудой.

**Работа горячего цеха** во многом зависит от обеспечения сырьем и полуфабрикатами, организации рабочих мест, оснащения в основном современным оборудованием, посудой, инвентарем. Тепловое и механическое оборудование подобрано в соответствии с нормами оснащения предприятий общественного питания.

Следует строго соблюдать следующие **правила при работе на электроплите с наплитной посудой**:

- поверхность плиты должна быть ровной и гладкой, без трещин и заусенцев;
- перемещают наплитные котлы по поверхности плиты с открытой крышкой, волнообразными движениями;
- крышки котлов во время варки открывают на себя только при помощи прихваток или полотенец;
- продукты для варки закладывают в котел от себя;
- наплитные котлы должны иметь плотно прикрепленные ручки;
- снимать котлы с плиты массой 15 кг разрешается только вдвоем;
- транспортировать котлы массой более 10 кг разрешается только на тележке.

Горячий цех условно подразделяется на **суповое** и **соусное отделение** в соответствии с приготавливаемыми первыми и вторыми горячими блюдами.

Технологический процесс приготовления супов и соусов к блюдам состоит в основном из двух стадий:

- приготовление бульонов;
- приготовление разнообразных супов или соусов.

### **Организация рабочего места в суповом отделении**

В **суповом отделении** организуют три рабочих места:

1. для приготовления бульонов;
2. для приготовления первых блюд (супов);
3. для порционирования мяса, птицы и приготовления гарниров к супам (лапша домашняя, клецки, пельмени и др.).

Обычно **рабочее место повара супового отделения** комплектуется из двух параллельных линий:

- линия теплового оборудования;
- линия немеханического оборудования.

В **линию теплового оборудования** устанавливают электрические плиты, пароконвектомат, электрическая сковорода.



Рисунок 1.2 Плита электрическая четырехконфорочная с жарочным шкафом ЭП-4ЖШ



Рисунок 1.3 Пароконвектомат ПКА 6-1/1ПМ2



Рисунок 1.4 Сковорода электрическая опрокидывающаяся

В линию немеханического оборудования устанавливают производственные столы, стеллажи.

Для приготовления супов в горячем цехе используют **инвентарь**: сито, разделочные доски, деревянные лопатки-веселки, венчики, скалки, терки, ступки с пестиком, дуршлаг, шумовки, черпаки, поварские ножи, поварские вилки, разливные ложки, металлические лопатки, приспособления для процеживания бульонов, лотки и емкости для хранения продуктов.



Рисунок 1.5 Посуда и инвентарь супового отделения





Рисунок 1.5 Лопатка-веселка деревянная



Рисунок 1.7 Ступка с пестиком



Рисунок 1.6 Терка

При работе в горячем цехе во избежание производственных травм и несчастных случаев необходимо соблюдать **безопасные условия труда**.

Повар перед началом работы должен прослушать инструктаж заведующего производством или лица, отвечающего за охрану труда, изучить правила эксплуатации теплового и механического оборудования.





## Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите, для чего предназначен горячий цех

---

---

---

2. Перечислите, с какими цехами должен быть взаимосвязан горячий цех \_\_\_\_\_

---

---

3. Вставьте пропущенные слова: «Тепловое и механическое оборудование подобрано в соответствии с \_\_\_\_\_

---

---

---

4. Укажите, на какие отделения подразделяется горячий цех \_\_\_\_\_

---

5. Продолжите предложение: «Технологический процесс приготовления супов и соусов к блюдам состоит в основном из двух стадий:

– \_\_\_\_\_;

– \_\_\_\_\_.

6. Перечислите, какое оборудование устанавливают в линию теплового оборудования \_\_\_\_\_

---

---

7. Перечислите инвентарь горячего цеха \_\_\_\_\_

---

---

---

8. Перечислите рабочие места в суповом отделении горячего цеха \_\_\_\_\_

---

---

---

### **Урок 2. Организация работы соусного отделения горячего цеха. Оборудование для приготовления соусов.**

Соусное отделение горячего цеха предназначено для выполнения всех технологических операций, связанных с приготовлением соусов, гарниров и вторых блюд в отварном, тушеном, жареном, запеченном, припущенном виде, а также гарниров и соусов.

При приготовлении соусов широко используется электро-механическое оборудование: протирочные машины, блендеры и миксеры.



Рисунок 2.1 Протирочная машина



Рисунок 2.2 Блендеры



Рисунок 2.3 Миксер

Оборудование соусного отделения сгруппировано в две технологические линии.

В **первой линии** предусмотрены три рабочих места:

1. для жарки и пассерования продуктов;
2. для варки, тушения, припускания, запекания;
3. для приготовления гарниров и соусов.

**Вторая линия** предназначена для выполнения вспомогательных операций, оборудована производственными столами, механическим и тепловым оборудованием для хранения готовых блюд, гарниров и соусов.

Для приготовления соусов используют **наплитную посуду** различной вместимости (2-15 л), ситейники (2-10 л), сковороды чугунные или стальные с ручками (диаметром 140-500 мм), противни.



Рисунок 2.4 Наплитная посуда

На рабочем месте повара должен находиться инвентарь: сито, дуршлаг, шумовки, ковши-сачки, черпаки, cedилки, веселки, разделочные доски, ножи.



Рисунок 2.5 Инвентарь соусного отделения

## Технологический процесс приготовления соусов

Технологический процесс приготовления соусов, как и супов, состоит в основном из двух стадий:

- приготовление бульонов и пассеровок;
- приготовление соусов.

**1. Приготовление бульонов.** Бульон для соусов готовят в тех же котлах, что и первые блюда. Бульоны готовят заранее. Заготовку пассеровок в соусном отделении производят за 2-3 ч до начала работы горячего цеха. Для пассерования муки в жарочном шкафу (сухие пассеровки) используют чугунные сковороды и противни. В сотейниках и сковородах на плите пассеруют муку с жиром, томатное пюре, овощи. Для пассерования овощей в больших количествах используют электрические сковороды, при перемешивании продуктов — веселки.

**2. Приготовление соусов.** Варят соусы в электрических котлах или наплитной посуде. В процессе приготовления соусов требуется тщательное протирание продуктов, а при приготовлении некоторых соусов — длительное взбивание. Для этих операций в соусном отделении должны быть протирочные, блендеры, взбивальные машины и миксеры.

Для **кратковременного хранения** соусов в горячем состоянии на рабочих местах поваров устанавливают специальные мармиты.



## Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите, для чего предназначено соусное отделение горячего цеха \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
2. Перечислите, какое оборудование используют в соусном отделении \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
3. Укажите, для чего предназначена вторая линия в соусном отделении горячего цеха \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
4. Перечислите инвентарь соусного отделения \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
5. Укажите, из каких стадий состоит технологический процесс приготовления соусов \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

## Тема 1.2. Приготовление бульонов и отваров, простых супов.

### Урок 3. Технология приготовления бульонов и отваров, их характеристика.

**Бульон** — это отвар, полученный при варке в воде мяса, костей, рыбы, птицы. В бульон из продуктов переходят экстрактивные вещества, белки, жиры, минеральные и ароматические вещества. Вкусовые качества бульона зависят от соотношения в нем воды и продукта, степени его измельчения, продолжительности варки, а также от соблюдения норм закладки и технологии приготовления.

#### Костный бульон

**Подготовленные кости** кладут в котел, заливают холодной водой и при сильном нагреве доводят до кипения. После закипания с поверхности снимают пену для того, чтобы при дальнейшей варке она не распадалась на мелкие хлопья и не ухудшала внешний вид бульона. Затем нагрев уменьшают и варят при слабом кипении и закрытой крышке. Во время варки периодически снимают лишний жир, так как он эмульгирует и расщепляется, что придает бульону мутность и салитый привкус.





Рисунок 3.1 Костный бульон

### **Продолжительность варки костного бульона**

- из говяжьих костей 3,5-4 ч;
- свиных и бараньих 2-3 ч.

За 30-40 мин до окончания варки в бульон кладут подпеченные на сухой сковороде без жира лук и коренья, а для ароматизации — стебли пряных овощей, связанные в пучок. Готовый бульон процеживают и применяют при приготовлении первых блюд.

### **Мясокостный бульон**

Для приготовления **мясокостного бульона** используют кости и мясо грудинки, лопаточной и подлопаточной части и покромки массой 1,5-2 кг.

Подготовленные кости заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену и варят при слабом кипении и накрытой крышке 2—2,5 ч. Кладут мясо, быстро доводят до кипения, снимают пену и варят при слабом кипении, периодически снимая лишний жир.



Рисунок 3.2 Мясокостный бульон

**Продолжительность варки мяса** 1,5-2 ч. За 30-40 мин до окончания варки в бульон кладут слегка подпеченные коренья и лук, пучок пряных овощей. Для улучшения вкуса и ароматизации бульона можно использовать обрезки овощей, стебли петрушки, сельдерея, укропа, лука зеленого, порея и др. В конце варки готовое мясо вынимают, бульон сливают и процеживают.

### **Бульон из птицы**

Для варки бульона используют целые тушки птицы и кости, потроха (кроме печени). Тушки птицы промывают, заправляют в кармашек. Кости птицы рубят. Обработанные субпродукты птицы (сердце, желудки, шеи, головы, лапки, крылья) промывают. Подготовленные продукты заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, снимают пену и жир и варят при слабом кипении до готовности. Через 20-30 мин кладут подпеченные белые коренья и лук.



Рисунок 3.3 Бульон из птицы

**Продолжительность варки бульона 1 ч (для цыплят) и 2-2,5 ч (для взрослой птицы). Продолжительность варки зависит**

от вида птицы. Готовый бульон сливают и процеживают. Отварную птицу нарезают на порции, прогревают в бульоне и кладут в суп при отпуске.

Если для приготовления бульона используют кости и целые тушки одновременно, то сначала варят кости, а целые тушки кладут позже в кипящий бульон.

### **Рыбный бульон**

Для приготовления **рыбного бульона** используют пищевые отходы рыбы (голова, хвосты, плавники, хрящи рыб осетровых пород) и рыбу. Хорошие и ароматные бульоны получаются из рыб семейства окуневых и осетровых пород. Не рекомендуется варить бульоны из карпа, леща, сазана, так как бульоны из этой рыбы мутные и имеют горьковатый привкус.



Рисунок 3.4 Рыбный бульон



Кроме бульонов для варки супов используют отвары овощей, грибов, фруктов.

Для приготовления **грибного отвара** используют свежие и сушеные грибы. Наиболее вкусные и ароматные отвары получаются из сушеных грибов.



Рисунок 3.5 Грибной отвар

**Сушеные грибы** перебирают, промывают, заливают холодной водой и оставляют на 10-15 мин, чтобы отмокли приохшие посторонние частицы. Затем хорошо промывают, заливают холодной водой (на 1 кг грибов — 7 л воды) и оставляют для набухания на 3-4 ч. Грибы вынимают, промывают, заливают водой, в которой они замачивались, и варят в течение 1,5-2 ч без добавления соли. Готовый отвар сливают, дают ему

отстояться и процеживают не до конца. Используют для приготовления супов. Сваренные грибы промывают для удаления остатков песка, после чего их шинкуют, рубят или пропускают через мясорубку и используют при приготовлении супов, соусов, начинок.

**Овощные отвары** готовят для овощных супов. Промытые овощи отваривают, отвар процеживают или овощи протирают вместе с отваром.



Рисунок 3.6 Овощной отвар

**Фруктовые отвары** приготавливают из ягод или кожицы плодов.





Рисунок 3.7 Фруктовый отвар

На полученном отваре готовят сироп, который при варке супа для увеличения вязкости заправляют разведенным крахмалом.

### Хранение бульонов

Мясокостные, костные, рыбные, из птицы бульоны, грибные отвары обычно варят заранее. готовые бульоны и отвары хранят при температуре 4-6°C не более 12 часов.



### Задания для самостоятельного решения:

1. Дайте определение термина: бульон – \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Перечислите виды сырья, используемого для приготовления бульонов: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Укажите, какие вещества из продуктов при варке переходят в бульон \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Напишите время варки бульона из птицы \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Пронумеруйте последовательность технологических операций при приготовлении рыбного бульона:

	Снять пену;
	Подготовленную рыбу и рыбные отходы поместить в котел и залить водой;
	Положить сырые коренья, лук и варить при слабом кипении в течение 50-60 мин;

	Довести до кипения;
	Дать отстояться и процедить.

6. Укажите, почему снимают лишний жир с поверхности при варке бульона \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

7. Напишите, как проверить готовность мяса при варке мясо-костного бульона \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

8. Укажите, почему нужно заправлять тушки птицы перед варкой бульона \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

9. Перечислите, какие грибы используют для приготовления грибного отвара \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

10. Обоснуйте, если при варке бульонов кости залить не холодной, а горячей водой, как это повлияет на качество бульона \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

11. Вы повар. Перед варкой грибного супа вы заметили в грибном отваре остатки песка. Ваши действия.  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

#### Урок 4. Классификация супов. Характеристика заправочных супов. Правила приготовления заправочных супов.

Супы классифицируют:

– по температуре подачи — на горячие и холодные; температура горячих супов должна быть не ниже 75°C, холодных – не выше 14°C;

– по способу приготовления — на заправочные, пюреобразные и прозрачные;

– по жидкой основе — супы на бульонах (костном, мясокостном, рыбном, из птицы), отварах (овощном, грибном, крупяном, фруктово-ягодном), молоке, квасе, кисломолочных продуктах.

В особую группу (разные) выделяют молочные, холодные и сладкие супы.

Заправочные супы — самая большая группа супов. В зависимости от используемых продуктов заправочные супы подразделяют на щи, борщи, рассольники, овощные супы, картофельные, супы с макаронными и мучными изделиями, супы крупяные и др.



Рисунок 4.1 Заправочные супы

Для приготовления заправочных супов используют различные бульоны и отвары. Обязательной составной частью супов являются **пассерованные овощи**. Во многие супы добавляют пассерованный томат, а в некоторые щи и борщи заправляют мучной пассеровкой.

В бульоне или отваре проваривают **гарнир супов**, состоящий из овощей, круп, бобовых и других продуктов, благодаря которым жидкая часть супа приобретает свойственные данному блюду аромат, вкус и цвет.

### Правила приготовления заправочных супов

1. Бульон или отвар доводят до кипения.
2. Подготовленные продукты закладывают только в кипящий бульон или отвар в определенной последовательности в зависимости от продолжительности варки так, чтобы они были доведены до готовности одновременно.
3. Варят супы **при слабом кипении**, так как при бурном кипении овощи сильно развариваются, не сохраняют форму, улетучиваются ароматические вещества и разрушается витамин С.
4. При варке супов с квашеной капустой, солеными огурцами, щавелем, уксусом и картофелем в первую очередь закладывают **картофель**, варят почти до готовности, а затем закладывают продукты, содержащие кислоту, так как картофель в кислой среде плохо разваривается.
5. **Пассерованные овощи** закладывают в суп за 10-15 мин до готовности.

6. Заправочные супы (кроме супов с картофелем, крупами, мучными изделиями) заправляют мучной пассеровкой или протертым картофелем за 5-30 мин до окончания варки. **Мучная пассеровка** придает супам густую консистенцию и способствует сохранению витамина С.

7. **Специи** (лавровый лист, перец) и соль кладут в суп за 5-7 мин до его готовности.

8. Мясо, птицу и другие продукты для отпуска супов нарезают на порции непосредственно перед отпуском, заливают бульоном и доводят до кипения. Хранят в воде или на пару при температуре 70°C.

9. Сваренные супы оставляют без кипения на 10-15 мин для того, чтобы они настоялись, жир всплыл на поверхность и сделался более прозрачным, а суп стал ароматным.

### Отпуск заправочных супов

Отпускают **заправочные супы** в подогретой тарелке или суповой миске. Вначале кладут прогретые кусочки мяса, птицы или рыбы, нашинкованные грибы (грибы можно положить непосредственно в кастрюлю), наливают суп, посыпают мелко нарезанной зеленью укропа, петрушки или лука для обогащения супа витаминами, улучшения аромата, вкуса и внешнего вида (2-3 г нетто на 1 порцию). Если супы отпускают со сметаной, то ее кладут в тарелку с супом или подают в соуснике отдельно.



Рисунок 3.2 Отпуск заправочных супов

Норма отпуска супа на 1 порцию может быть 500, 400, 300, 250 г в зависимости от спроса потребителей.



### Задания для самостоятельного решения:

#### 1. Укажите виды супов:

– в зависимости от температуры подачи супы подразделяются на \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_;

– в зависимости от способа приготовления супы подразделяются на \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_;

– в зависимости от жидкой основы супы подразделяются на \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

#### 2. Перечислите виды заправочных супов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

#### 3. Дополните следующее предложение:

«Подготовленные продукты закладывают в кипящий бульон в \_\_\_\_\_,

\_\_\_\_\_ , в зависи-

мости от \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ , так, чтобы они были \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

до готовности одновременно.

#### 4. Напишите, почему после закладки каждого продукта

суп должен закипеть \_\_\_\_\_.

#### 5. Укажите что является обязательной составной

частью заправочных супов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

#### 6. Дополните следующее предложение: «Придает супам

густую консистенцию и способствует сохранению витамина

С – \_\_\_\_\_.

#### 7. Перечислите, что является гарниром при

приготовлении супов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

#### 8. Напишите, как подают сметану при отпуске

заправочных супов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

## **Урок 5. Характеристика щей. Ассортимент и технология приготовления щей. Требования к качеству и хранению щей.**

**Щи** являются русским национальным блюдом. Приготавливают щи из белокочанной свежей и квашеной капусты, савойской капусты, щавеля и шпината, иногда из молодой крапивы. В качестве жидкой основы используют костный, рыбный, грибные, овощные и крупяные отвары.

Свежую белокочанную или савойскую капусту нарезают **шашками** или **соломкой**, квашеную капусту предварительно тушат. Щи из квашеной капусты, кроме того, готовят на рыбном бульоне, подают со сметками, хамсой, тюлькой соленой и без сметаны.

Некоторые сорта капусты придают щам горьковатый вкус, такую капусту перед использованием **ошпаривают**.

### **Ассортимент щей**

**Щи из свежей капусты.** Капусту, коренья и лук нарезают соломкой. Репу и капусту, имеющую горьковатый вкус, предварительно ошпаривают. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, добавляют пассерованные коренья и лук, варят в течение 15-20 мин, затем заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, кладут помидоры, нарезанные дольками, или пассерованное томатное пюре, соль, специи и варят до готовности.



Рисунок 5.1 Щи из свежей капусты

**При отпуске** в тарелку кладут кусочек мяса, наливают щи, кладут сметану, зелень. Отдельно на пирожковой тарелке можно подать ватрушку с творогом, пирожки или кулебяку.

**Щи из свежей капусты с картофелем.** В кипящий бульон закладывают капусту, нарезанную шашками, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный дольками или кубиками. Затем кладут пассерованные коренья и лук, варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, соль, специи. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают в бульон после картофеля.





Рисунок 5.2 Щи из свежей капусты с картофелем

**При отпуске** в тарелку кладут кусочек мяса, наливают щи, кладут сметану и зелень.

**Щи из квашеной капусты.** Квашеную капусту мелко рубят и тушат (капусту кладут в котел, наливают бульон (20-30% массы капусты), добавляют томатное пюре, жир, доводят до кипения и тушат в течение 1,5-2 ч.

Коренья и лук нарезают соломкой или мелкими кубиками. Нарезанные овощи пассеруют и добавляют в капусту за 10-15 мин до окончания тушения.

В кипящий бульон кладут капусту, тушенную вместе с пассерованными овощами, варят в течение 25-30 мин, заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном, кладут соль, специи и варят до готовности. Если щи приготавливают с картофелем, то его нарезают кубиками или брусочками, и

кладут в бульон в первую очередь. Щи можно заправить сахаром (6 г на 1000 г щей). Для улучшения вкуса в готовые щи кладут чеснок, растертый с солью.



Рисунок 5.3 Щи из квашеной капусты

**При отпуске** в тарелку кладут кусочек мяса, наливают щи, кладут сметану и зелень, отдельно подают рассыпчатую гречневую кашу, крупеник или ватрушку с творогом.

**Щи суточные.** Для щей суточных используют говяжью грудинку, свиные головы, свинокочености. Квашеную капусту мелко рубят, кладут в котел, добавляют кости свинокоченостей (их не рубят), жир, томатное пюре, наливают бульон (15-20%) и тушат в течение 3-4 ч. В процессе тушения капуста становится мягкой, приобретает остро сладковатый вкус и темную окраску. Коренья и лук нарезают мелкими кубиками, пассеруют и кладут в капусту за 1 ч до окончания тушения. Капусту можно тушить 2 ч, затем заморозить и выдержать на

холоде. Щи суточные приготавливают так же, как и щи из квашеной капусты. В готовые щи кладут чеснок, растертый с солью.



Рисунок 5.4 Щи суточные

**При отпуске** в глиняный горшочек кладут мясо, наливают щи, добавляют растертый чеснок. Горшочек закрывают тонким слоем теста, смазывают яйцом и ставят в жарочный шкаф. Когда на поверхности образуется золотистая корочка, горшочек со щами подают на стол, его ставят на тарелку, отдельно подают сметану. К щам суточным подают рассыпчатую гречневую кашу, крупеник, кулебяку с гречневой кашей, ватрушки с творогом.

**Щи зеленые.** Готовят щи на бульоне или воде. Картофель нарезают крупными кубиками, лук и петрушку — мелкими кубиками. Обработанный щавель припускают в собственном соку, а шпинат варят в кипящей воде (для сохранения цвета), после чего откидывают на сито. Щавель и шпинат протирают.

В кипящий бульон закладывают картофель, варят, кладут пассерованные лук и петрушку, пюре из щавеля и шпината. За 5-10 мин до окончания варки заправляют разведенной мучной пассеровкой, кладут соль, специи и варят до готовности. Щи зеленые можно приготовить без картофеля или из одного шпината. Такие щи доводят до вкуса лимонной кислотой или лимонным соком.



Рисунок 5.5 Щи зеленые



При отпуске в тарелку кладут дольку вареного яйца, кусочки мяса, наливают щи, кладут сметану и зелень.

### Требования к качеству и хранению щей

**Внешний вид** - во всех видах щей капуста должна быть нарезана соломкой или кусочками квадратной формы, форма нарезки остальных овощей должна соответствовать форме нарезки капусты. Квашеная капуста – шинкованная или рубленая.

**Цвет** - бульон прозрачный или слегка коричневый, жир на поверхности оранжевый. Щи из квашеной капусты могут быть светло-коричневого цвета.

**Вкус и запах** – в меру соленый, щи сладковатого вкуса с ароматом пассерованных овощей, томата и бульона. Щи кисло-сладкого вкуса (квашеная капуста). Не допускается запах и вкус пареной капусты.

**Консистенция** – капуста, овощи мягкие, но не переваренные, без хруста.



### Задания для самостоятельного решения:

1. Перечислите, какие виды капусты используют при приготовлении щей \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

2. Укажите, какой прием рекомендуется для удаления горьковатого вкуса капусты \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

3. Напишите, почему квашеную капусту для щей рекомендуется предварительно тушить \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

4. Перечислите, какие бульоны используют при приготовлении щей \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

5. Укажите, в чем отличие способа отпуска щей, приготовленных на рыбном бульоне, от щей на других жидких основах \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

6. Укажите характерные особенности различных щей, заполнив таблицу:

Щи	Жидкая основа	Вид капусты	Форма нарезка капусты
Из свежей капусты			

Из свежей капусты с картофелем			
Щи из квашеной капусты			
Щи суточные			

7. Дополните схему технологических операций приготовления щей зеленых.

В кипящий бульон закладывают \_\_\_\_\_, варят, кладут пассерованные лук и петрушку, пюре из \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_. За 5—10 мин до окончания варки заправляют разведенной \_\_\_\_\_, кладут соль, специи и варят до готовности. При отпуске в тарелку кладут дольку вареного \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, наливают щи, кладут \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_.

8. Укажите в какой посуде подают Щи суточные:

\_\_\_\_\_.

9. Перечислите, что на пирожковой тарелке подают к щам из квашеной капусты \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

10. Укажите какой вид нарезки для кореньев применяют при приготовлении щей суточных \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

11. Вы повар. Варите щи из свежей белокочанной капусты, капуста оказалась горьковатой. Ваши действия?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Урок 6. Характеристика борщей. Ассортимент и технология приготовления борщей. Требования к качеству и хранению борщей.**

**Борщами** называют супы, в состав которых обязательно входит свекла.

Борщ — украинское национальное блюдо. Борщи готовят на костном бульоне, грибном отваре, иногда на бульоне из птицы (гуся, утки) и вегетарианские.

Кроме свеклы в состав борщей входят морковь, петрушка или сельдерей, лук, томатное пюре или помидоры, уксус, са-

хар, в большинстве случаев — белокочанная капуста. В зависимости от вида борща в него добавляют картофель, фасоль, стручковый перец и другие продукты.

**Свеклу** для борщей (кроме «Флотского» и «Сибирского») нарезают соломкой, а для «Флотского» и «Сибирского» — ломтиками.

Существует 2 **способа подготовки свеклы** для борща:

- тушение;
- варка.

Для **тушения** нарезанную свеклу кладут в котел, наливают бульон или воду (15-20 % массы свеклы), добавляют жир, томатное пюре, уксус, сахар, закрывают крышкой и тушат в течение 1-1,5 ч, периодически помешивая. Свекла, тушенная без уксуса, быстрее размягчается, но обесцвечивается, поэтому для сокращения срока приготовления и сохранения цвета свеклы уксус и томатное пюре можно добавить в нее за 10 мин до окончания тушения. При тушении свеклы, имеющей интенсивную окраску, уксус можно не добавлять.

Свеклу **варят** целиком, очищенную — с добавлением уксуса или неочищенную без уксуса, в последнем случае вареную свеклу очищают от кожицы, нарезают соломкой или ломтиками и кладут в борщ вместе с пассерованными овощами и томатным пюре.

**Свежую капусту** для борщей нарезают соломкой, а для «Флотского» и «Сибирского» — шашками.

**Картофель** нарезают брусочками, для «Флотского» и «Сибирского» — кубиками. **Морковь** и **лук** шинкуют соломкой, для «Флотского» и «Сибирского» — ломтиками и пассеруют.

**Борщ из свежей капусты с картофелем.** В кипящий бульон закладывают нашинкованную соломкой капусту, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный брусочками, закладывают пассерованные овощи, варят в течение 10-15 мин, кладут тушеную или вареную свеклу и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки вводят соль, сахар, специи. Можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой.



Рисунок 6.1 Борщ с капустой и картофелем

**Борщ «Украинский».** В кипящий бульон закладывают свежую капусту, нарезанную соломкой, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный брусочками или дольками, варят в течение 10-15 мин, закладывают пассерованные овощи и тушеную свеклу. Доводят до кипения, кладут сладкий перец,

нарезанный соломкой, вводят пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, добавляют специи, соль, сахар и варят до готовности. Перед подачей заправляют чесноком, растертым со шпиком.



Рисунок 6.2 Борщ украинский

**При отпуске** в тарелку кладут мясо, наливают борщ, кладут сметану, зелень. Отдельно можно подать пампушки.

**Борщ с черносливом и грибами.** В кипящий бульон закладывают капусту, нашинкованную соломкой, варят 8-10 мин, кладут пассерованные овощи, затем — тушеную свеклу и продолжают варить. Сушеные грибы заливают водой, оставляют

в ней на 10-15 мин, промывают несколько раз, меняя воду. Подготовленные грибы заливают холодной водой, оставляют на 3-4 ч для набухания, затем варят в той же воде. Готовый отвар процеживают, грибы промывают, нарезают соломкой и добавляют вместе с отваром в борщ за 10-15 мин до окончания варки. Доводят до вкуса солью, сахаром, специями. Чернослив перебирают, промывают, замачивают и варят до готовности.



Рисунок 6.3 Борщ с черносливом и грибами

Вареный чернослив кладут в борщ при отпуске.

**Борщ «Сибирский».** Для этого борща **фасоль варят отдельно**. Белую или цветную фасоль перебирают для удаления примесей, промывают 3-5 раз теплой водой и замачивают в холодной воде на 3-5 ч. Замачивание способствует сокращению времени варки. Подготовленную фасоль заливают холодной



водой, доводят до кипения и варят при закрытой крышке в течение 1,5-2 ч. Особенностью варки **цветной фасоли** является то, что после закипания отвар сливают, заливают горячей водой и варят до готовности.

Мясные **фрикадельки** укладывают в сотейник или глубокий противень в один ряд, заливают на 1/3 бульоном и припускают.

В кипящий бульон кладут капусту, нарезанную шашками, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный кубиками, и варят в течение 10-15 мин.

Затем закладывают пассерованные овощи и тушеную свеклу, доводят до кипения, кладут сваренную фасоль, специи, соль, сахар и варят до готовности. В готовый борщ вводят чеснок, растертый с солью.



Рисунок 6.4 Борщ «Сибирский»

**При отпуске** в тарелку кладут фрикадельки, наливают борщ, добавляют сметану и зелень.

### Требования к качеству и хранению борщей

**Внешний вид** – во всех борщах свекла, капуста, коренья должны сохранить свою форму. Форма нарезки капусты – соломка или шашки. Нарезка остальных овощей соответствует нарезке капусты.

**Цвет** – малиново-красным, а не буро-желтым или коричневым.

**Вкус и запах** – вкус кисло-сладкий, без привкуса сырой свеклы, с ароматом пассерованных овощей.

**Консистенция** – мягкая, не переваренная.



### Задания для самостоятельного решения:

1. **Дайте определение термина:** борщ – \_\_\_\_\_.
2. **Перечислите способы подготовки свеклы для борщей** \_\_\_\_\_.
3. **Укажите, какой прием используют для усиления красного цвета борща** \_\_\_\_\_.

4. Восстановите последовательность (цифрами) технологической схемы приготовления борща с капустой и картофелем:

	Закладывают картофель и доводят до кипения
	Закладывают пассерованные коренья и лук
	Бульон доводят до кипения
	Проваривают 10-15 минут
	Закладывают подготовленную свеклу
	Добавляют соль, специи
	Варят до готовности

5. Укажите отличительные особенности приготовления борщей, заполнив таблицу:

Борщ	Отличительная особенность в приготовлении
Из свежей капусты с картофелем	
«Украинский»	
С черносливом и грибами	

«Сибирский»	

6. Вы повар. Варите борщ и при приготовлении он потерял цвет. Ваши действия.

---



---



---

**Урок 7. Характеристика рассольников. Ассортимент и технология приготовления рассольников. Требования к качеству и хранению рассольников.**

**Рассольник** — блюдо русской кухни, это суп, основой которого являются соленые огурцы, также можно добавлять **огуречный рассол** и белые коренья.

Готовят рассольники вегетарианские, на костном, мясокостном или рыбном бульонах с потрохами, почками, на бульоне из птицы, грибном отваре.

У **соленых огурцов** срезают кожицу, нарезают соломкой, кладут в сотейник или кастрюлю, на 1/3 заливают бульоном

или водой и припускают 15 мин. **Картофель** нарезают брусочками или дольками, **коренья и лук** — соломкой.

Для **придания рассольникам острого вкуса** используют огуречный рассол, который процеживают и кипятят.

**Рассольник.** В кипящий бульон закладывают нарезанный картофель, доводят до кипения, кладут петрушку и сельдерей, пассерованные лук и лук-порей, продолжают варить в течение 5-10 мин, вводят припущенные огурцы, в конце варки кладут нарезанные на части листья щавеля или шпината, соль, специи, вливают огуречный рассол и варят до готовности. При приготовлении рассольника без шпината или щавеля норму закладки огурцов или овощей увеличивают.



Рисунок 7.1 Рассольник

**При отпуске** в тарелку кладут кусочек мяса, птицы или рыбы, наливают рассольник, кладут сметану и зелень, отдельно можно подать ватрушку, к рассольнику с рыбой — расстегай. В рассольник рыбный сметану не кладут.

**Рассольник «Ленинградский».** В кипящий бульон кладут подготовленную крупу (перловую, рисовую или овсяную), доводят до кипения, закладывают картофель (брусочки или дольки), варят до полуготовности, кладут пассерованные овощи (соломка), затем припущенные огурцы (соломка), пассерованное томатное пюре, специи, вливают огуречный рассол, кладут соль и варят до готовности. Рассольник можно приготовить без томатного пюре.



Рисунок 7.2 Рассольник «Ленинградский»



**При отпуске** в тарелку кладут мясо, наливают рассольник, кладут сметану и зелень.

**Рассольник домашний.** В кипящий бульон кладут белокочанную капусту, нарезанную соломкой, доводят до кипения, закладывают картофель, варят до полуготовности, кладут пассерованные овощи, через некоторое время добавляют припущенные огурцы, специи, вводят огуречный рассол, соль и варят до готовности.



Рисунок 7.3 Рассольник домашний

**При отпуске** в тарелку кладут мясо, наливают рассольник, кладут сметану и зелень.

### **Требования к качеству и хранению рассольников**

**Внешний вид** – овощи должны сохранить форму нарезки, на поверхности блески жира оранжевого цвета, желтого или бесцветные. В рассольнике крупа должна быть хорошо разварена.

**Вкус и запах** – огуречного рассола острый, в меру соленый, запах пассерованных овощей, соленых огурцов.

**Цвет** – бульона прозрачный, слегка мутный.

**Консистенция** – овощей мягкая, огурцов – слегка хрустящая.



### **Задания для самостоятельного решения:**

**1. Перечислите основные компоненты рассольника:**

---

---

**2. Продолжите технологическую последовательность подготовки соленых огурцов для рассольников.**

*Срезают кожицу*  $\longrightarrow$

---

---

3. Укажите, почему припущенные огурцы закладывают в рассольник после картофеля \_\_\_\_\_.

4. Что используют для придания рассольникам более острого вкуса \_\_\_\_\_.

5. Укажите что подают на пирожковой тарелке к рассольнику с рыбой \_\_\_\_\_.

6. Укажите отличительные особенности приготовления борщей, заполнив таблицу:

Рассольник	Отличительная особенность
«Ленинградский»	
Домашний	

7. Вы повар. У рассольника недостаточно острый вкус. Ваши действия.

---

---

---

### Урок 8. Характеристика супов картофельных с макаронными изделиями, крупой, бобовыми. Ассортимент и технология приготовления. Требования к качеству и хранению супов.

Из картофеля и овощей готовят разнообразный **ассортимент супов** — с крупами, макаронными изделиями и бобовыми. Эти супы готовят на костном, мясокостном бульонах, грибном и овощных отварах. Картофель и овощи для этих супов нарезают брусочками, дольками, ломтиками, соломкой, кубиками.

**Важно**, чтобы форма нарезки была однородной и соответствовала виду продукта.

**Суп «Крестьянский» с крупой.** Крупу перловую, ячневую, овсяную, пшеничную перебирают, промывают теплой водой, затем горячей, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг крупы) варят до полуготовности. В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, белокочанную капусту, нарезанную шашками, картофель, нарезанный кубиками, варят. За 10-15 мин до готовности добавляют пассерованные овощи или помидоры. Рис и пшено перебирают, промывают и закладывают одновременно с овощами. Доводят до вкуса, настаивают. Суп можно приготовить без томатного пюре или помидоров.



Рисунок 8.1 Суп крестьянский с крупой

**При отпуске** суп наливают в тарелку, кладут сметану и измельченную зелень.

**Суп картофельный с бобовыми.** Фасоль, горох, чечевицу перебирают, промывают, заливают холодной водой (2-3 л на 1 кг бобовых), замачивают на 2-3 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения. Картофель нарезают крупными кубиками.

В кипящий бульон закладывают фасоль или горох, или чечевицу, доводят до кипения, кладут картофель, пассерованные овощи, варят, через некоторое время добавляют специи, соль и варят до готовности.



Рисунок 8.2 Суп картофельный с бобовыми

**При отпуске** в тарелку кладут кусочек мяса или свинокоченостей, наливают суп, посыпают зеленью.

**Суп картофельный с макаронными изделиями.** Макароны перебирают, макароны разламывают на кусочки длиной 3-4 см. Для супа с макаронами, лапшой, вермишелью картофель нарезают брусочками или дольками.

Морковь, петрушку нарезают брусочками для супа с макаронами, соломкой — для супа с лапшой или вермишелью, лук шинкуют. Суп готовят с курицей, субпродуктами птицы, говядиной, мясными консервами, грибами.

В кипящий бульон закладывают макароны или лапшу, варят в течение 10-15 мин, кладут картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. В конце варки добавляют соль, специи и пассерованное томатное пюре. Суп можно готовить



без томата. Если готовят суп с вермишелью или с суповой за- сыпкой, то их закладывают после пассерованных овощей за 10-15 мин до готовности.



Рисунок 8.3 Суп картофельный с макаронными изделиями

**При отпуске** в тарелку кладут мясо, птицу или субпродук- ты, наливают суп, посыпают зеленью.

**Суп картофельный с крупой.** Картофель нарезают круп- ными кубиками, морковь и петрушку — мелкими кубиками, лук — крошкой (мелкими кубиками).

Коренья и лук пассеруют. Крупы (кроме манной) переби- рают, промывают и ошпаривают, перловую крупу отваривают до полуготовности, а манную просеивают.

В кипящий бульон закладывают подготовленную крупу, варят в течение 10 мин, кладут картофель, пассерованные ово- щи, варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки до- бавляют специи и соль. Манную крупу засыпают в суп за 10 мин до конца варки.



Рисунок 8.4 Суп картофельный с крупой

**При отпуске** суп наливают в тарелку и посыпают зеленью.

#### **Требования к качеству и хранению супов.**

**Картофельные супы.** В состав всех картофельных супов должны входить морковь и репчатый лук. Картофель должен быть без глазков и темных пятен. Овощи не разварены и не помяты; часть картофеля может быть немного разварена. Жир — желтый или оранжевый. Вкус и запах — картофеля и пассерованных овощей.

**Супы с макаронными изделиями.** Овощи нарезаны в соответствии с формой макаронных изделий. Макароны должны сохранять форму. Жир – оранжевый или желтый. Вкус и запах – свойственные макаронным изделиям и овощам, с ароматом пассерованных овощей.



### Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите ассортимент картофельных супов \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

2. Заполните таблицу:

Наименование супа	Особенности приготовления	Особенности подачи
Суп картофельный с бобовыми		
Суп «Крестьянский»		

Суп с макаронными изделиями		
-----------------------------	--	--

3. Перечислите продукты, входящие в состав супа картофельного с бобовыми \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

4. Обоснуйте, почему перед закладыванием в бульон бобовые промывают, заливают холодной водой и замачивают \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

5. Перечислите бобовые, которые используют при варке супов \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

Вы повар. Нужно сварить картофельный суп с макаронными изделиями, но макароны крупные. Ваши действия. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Урок 9. Характеристика молочных супов.**  
**Ассортимент и технология приготовления молочных супов. Требования к качеству, сроки хранения.**

**Молочные супы** готовят на цельном молоке, смеси молока и воды, а также из сгущенного молока без сахара и сухого молока.

Эти супы приготавливают с крупами, макаронными изделиями и овощами.

Макаронные изделия, крупы из целых зерен и овощи плохо развариваются в молоке, поэтому их вначале варят до полуготовности в воде, а затем — в молоке.

Молочные супы варят **небольшими порциями**, так как продолжительное хранение ухудшает цвет, запах, консистенцию и вкус супа. Сливочное масло или маргарин столовый кладут в котел или тарелку непосредственно перед отпуском.

**Суп молочный с крупой.** Перебранную и промытую крупу (рисовую, перловую или пшено) засыпают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, вливают горячее молоко и доводят до готовности. В конце варки кладут сахар. Если варят суп на цельном молоке, то крупу предварительно варят в воде в течение 5-7 мин, откидывают на сито и дают стечь воде. Подготовленную крупу закладывают в кипящее молоко и варят до готовности.

Для приготовления супа с ячневой или манной крупой просеянную крупу засыпают стружкой при помешивании в кипящее молоко или молоко с водой и варят до готовности. Перед окончанием варки кладут соль и сахар.



Рисунок 9.1 Суп молочный с крупой

**При отпуске** суп наливают в тарелку, кладут сливочное масло или маргарин столовый.

**Суп молочный с макаронными изделиями.** Подготовленные макароны закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, вливают горячее молоко и доводят до готовности. В конце варки кладут сахар. Если суп приготавливают на цельном молоке, то макаронные изделия закладывают в кипящую воду и варят: макароны 10-15 мин, лапшу — 15-20, вермишель — 3-5 мин, затем откидывают на сито, а воду сливают. Подготовленные макаронные изделия закладывают в кипящее молоко, добавляют соль, сахар и варят до готовности. Суповую засыпку («звездочки», «алфавит», «ушки», «рыбки») сразу засыпают в кипящее молоко или смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят до готовности.



Рисунок 9.2 Суп молочный с макаронными изделиями

**При отпуске** суп наливают в тарелку и кладут кусочек сливочного масла.

**Суп молочный с овощами.** Морковь нарезают дольками, брусочками или кубиками и слегка пассеруют на сливочном масле или маргарине. Белокочанную капусту нарезают шашками, цветную — разделяют на мелкие соцветия, картофель нарезают кубиками или дольками, стручки фасоли — в виде квадратиков или ромбиков, отваривают отдельно.

В кипящую подсоленную воду кладут пассерованную морковь, доводят до кипения, затем закладывают картофель, капусту цветную или белокочанную и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко и варят до готовности. В конце варки кладут фасоль, сваренную отдельно, соль.

Молочные супы можно готовить с **различным набором овощей**: зеленым горошком, репой, тыквой, листьями шпината, салата и другими овощами. Супы иногда заправляют пассерованной мукой, разведенной молоком или водой.



Рисунок 9.3 Суп молочный с овощами

**При отпуске** суп наливают в тарелку и кладут кусочек сливочного масла.

#### **Требования к качеству и хранению молочных супов**

Цвет молочного супа — белый. Вкус — сладковатый, слабосоленый. Не допускается запах пригорелого молока.





**Задания для самостоятельного решения:**

1. Назовите жидкие основы для приготовления молочных супов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

2. Укажите, почему молочные супы с макаронными изделиями готовят небольшими партиями \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

3. Почему при варке молочных супов необходима предварительная варка рисовой крупы в воде (выберите правильный вариант ответа и подчеркните его):

- а) это ускоряет процесс приготовления;
- б) способствует готовности крупы;
- в) улучшает визуальные и вкусовые показатели супа.

4. Укажите время варки макаронных изделий:

- макароны \_\_\_\_\_ мин;
- лапшу — \_\_\_\_\_ мин;
- вермишель — 3-5 мин.

5. Перечислите набор овощей, используемый для приготовления молочных супов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

6. Укажите формы нарезки овощей при приготовлении супа молочного с овощами, заполнив таблицу:

Название овощей	Форма нарезки
Морковь	
Белокочанная капуста	
Цветная капуста	
Фасоль	

Вы повар. Молочный суп на раздаче загустел. Ваши действия. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Урок 10. Характеристика сладких супов.**  
**Ассортимент и технология приготовления сладких супов. Требования к качеству, сроки хранения.**

Для приготовления **сладких супов** используют:

- свежие, консервированные и сушеные ягоды и фрукты;
- фруктово-ягодные соки;
- пюре;
- сиропы и экстракты, выпускаемые пищевой промышленностью.

Жидкой основой этих супов является **фруктовый отвар**.

Ягоды кладут целыми, а фрукты нарезают на кусочки (кубиками, ломтиками), крупные сушеные фрукты нарезают на несколько частей.

Поврежденные или помятые ягоды и фрукты протирают и вводят в виде пюре. Апельсины и мандарины кладут в суп сырыми.

Для получения необходимой консистенции суп заправляют разведенным **крахмалом (1:4)**, а для улучшения вкуса и ароматизации добавляют лимонную кислоту, лимонную или апельсиновую цедру, корицу, гвоздику. Сладкие супы подают холодными, но можно отпускать их и горячими. В отличие от компотов сладкие супы имеют **кисловатый вкус и более густую консистенцию** жидкой основы.

**Отпускают супы** с гарниром и со сметаной или сливками.

В качестве **гарнира** используют:

- отварной рис;

- саго;
- мелкие макаронные изделия (суповая засыпка);
- клецки;
- вареники с ягодами;
- пудинги — рисовый и манный;
- запеканки, которые нарезают кубиками с ребром 1-1,5 см;
- пшеничные или кукурузные хлопья и кукурузные палочки.

Сметану или сливки кладут в тарелку или подают отдельно в соуснике. Отдельно на пирожковой тарелке можно подать сухой бисквит, кекс, сухое печенье. Подают эти супы на завтрак или ужин, можно использовать в качестве первого блюда.

**Суп из плодов свежих.** Яблоки и груши перебирают, промывают, очищают от кожицы и удаляют семенные гнезда, нарезают ломтиками, дольками или кубиками. Из очисток приготавливают отвар. В процеженный охлажденный отвар кладут нарезанные яблоки и груши, сахар, корицу и варят в течение 3-5 мин. Затем вливают разведенный холодной водой картофельный крахмал и доводят до кипения. Если суп недостаточно кислый, то добавляют лимонную кислоту.



Рисунок 10.1 Суп из свежих плодов

**При отпуске** в тарелку кладут гарнир, наливают суп, кладут сметану или сливки.

Половину фруктов можно протереть. Для супа-пюре протирают все фрукты. При этом пюре разводят отваром, доводят до кипения, вливают разведенный крахмал и проваривают до загустения. Суп приготавливают не только из одного вида фруктов, но и из смеси яблок, груш, слив.

**Суп из смеси сухофруктов.** Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам, промывают, крупные экземпляры яблок и груш нарезают на части. В посуду кладут яблоки и груши, заливают водой и варят в течение 15-20 мин. Затем кладут остальные фрукты, сахар и варят до готовности, добавляют

разведенный картофельный крахмал, доводят до кипения. В суп можно ввести лимонную кислоту.



Рисунок 10.2 Суп из смеси сухофруктов

**При отпуске** в тарелку кладут гарнир, наливают суп, кладут сметану или сливки.

**Требования к качеству и хранению сладких супов.**

Консистенция жидкой части однородная.

Крупы и макаронные изделия мягкие, сохраняя форму.

Ягоды и фрукты не разваренные, вкус кисло-сладкий.



## Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите, какие жидкие основы используют для приготовления сладких супов \_\_\_\_\_.

2. Перечислите гарниры для сладких супов \_\_\_\_\_.

3. Напишите, как подготовить сухофрукты для варки сладких супов \_\_\_\_\_.

4. Укажите для получения необходимой консистенции сладкие супы заправляют \_\_\_\_\_.

5. Укажите температуру подачи сладких супов \_\_\_\_\_.

6. Напишите отпуск сладких супов: \_\_\_\_\_.

7. Вы повар. У сладкого супа недостаточно вкуса и аромата. Ваши действия. \_\_\_\_\_.

## Урок 11. Характеристика холодных супов. Ассортимент и технология приготовления холодных супов. Требования к качеству, сроки хранения.

Холодные супы — сезонные блюда, так как их подают в летнее время. К холодным супам относят:

- окрошки;
- холодные борщи;
- свекольники;
- щи зеленые;
- ботвиньи.

Их готовят на хлебном квасе, свекольном или овощном отварах.

Квас для холодных супов можно заменить молочной сывороткой, простоквашей, кефиром. Готовят холодные супы по одному принципу — в жидкую основу с кислым вкусом добавляют подходящие продукты.

Для приготовления **окрошек** на предприятиях общественного питания используют готовый хлебный квас. Но квас можно приготовить из ржаных сухарей и концентратов, выпускаемых пищевой промышленностью.

**Технологический процесс приготовления окрошки** состоит из трех стадий:

- подготовка продуктов;
- заправка кваса;
- отпуск окрошки.

**1. Подготовка продуктов:** для приготовления окрошек картофель, морковь, яйца, мясо варят (используют говядину, нежирную баранину или свинину); овощи и мясо нарезают мелкими кубиками; лук зеленый и укроп шинкуют и часть лука (1/4 нормы) растирают с небольшим количеством соли до появления сока; огурцы с грубой кожицей очищают, огурцы с тонкой кожицей не очищают и нарезают мелкими кубиками; белки яиц, сваренных вкрутую, мелко нарезают.

**2. Заправка кваса:** желтки яиц растирают с солью, сахаром, сметаной, горчицей, соединяют с растертым луком и разводят хлебным квасом и хранят в холодильнике.

**3. Отпуск окрошек:** подают окрошки двумя способами.

При **первом способе** все продукты, кроме мяса и яиц, кладут в заправленный квас и перемешивают, а затем разливают по тарелкам. Мясо, белки яиц, сметану, зелень укропа кладут при отпуске.

При **втором способе** — нарезанные продукты укладывают в порционную посуду, квас подают в кувшинах, сметану в соуснике.

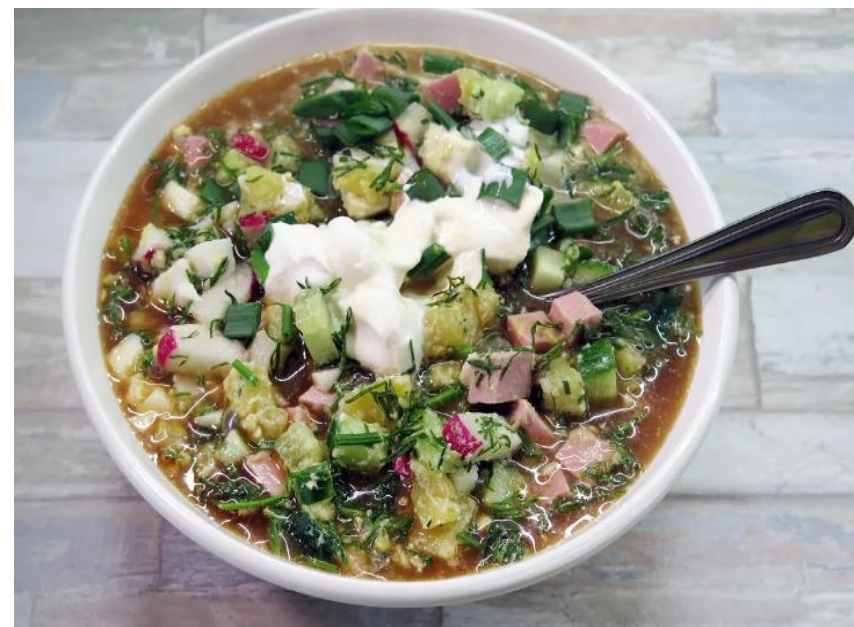


Рисунок 11.1 Окрошка мясная

**Окрошка мясная на кефире.** Вареное мясо, картофель и яйца, свежие огурцы нарезают мелкими кубиками. Лук зеленый шинкуют. Кефир (на предприятиях общественного питания используют только кефир бутылочный пастеризованный) смешивают с холодной кипяченой водой в соотношении 1: 1, добавляют соль, сахар и хранят в холодильнике.

Ингредиенты	
Окрошка мясная	Окрошка мясная сборная
Говядина, квас хлебный, лук зеленый, огурцы свежие, сметана, яйца, сахар, горчица готовая, сметана.	Говядина, окорок варено-копченый (со шкурой и костями), окорок, квас хлебный, лук зеленый, огурцы свежие, сметана, яйца, сахар, горчица готовая, сметана.





Рисунок 11.2 Окрошка мясная на кефире

**При отпуске** в порционную посуду кладут охлажденные продукты, наливают охлажденную смесь и посыпают мелко нарезанным укропом.

**Окрошка овощная.** Картофель и морковь промывают, варят в кожице, охлаждают и очищают. Вареные овощи, свежие огурцы и редис нарезают мелкими кубиками или короткой соломкой. Кроме перечисленных овощей можно использовать отварные овощи: цветную капусту, репу. Приготавливают окрошку овощную по тому же принципу, что и мясную.



Рисунок 11.3 Окрошка овощная

**Борщ холодный.** Для отвара свеклу и морковь нарезают соломкой и припускают. Свеклу припускают с уксусом до готовности, морковь — отдельно, соединяют со свеклой, добавляют горячую воду, соль, сахар, доводят до кипения и охлаждают. Зеленый лук шинкуют, свежие огурцы нарезают соломкой.



Рисунок 11.4 Борщ холодный

**При отпуске** в порционную посуду кладут нарезанные огурцы, лук, вареные яйца, наливают отвар, кладут 1/2 вареного яйца, сметану, рубленый укроп. В холодный борщ при отпуске можно добавить вареную говядину или рыбу 50 г на 1 порцию.

**Свекольник холодный.** Свеклу и морковь нарезают соломкой и припускают так же, как и для борща холодного (свеклу припускают с уксусом), овощи охлаждают и кладут в квас. Молодую свеклу используют с ботвой, которую нарезают и отваривают отдельно.



Рисунок 11.5 Свекольник холодный

Отпускают свекольник как борщ холодный.

#### **Требования к качеству и хранению холодных супов**

Нарезанные овощи имеют соответствующую форму. Форма нарезки сохраняется.

Вкус в меру соленый, кисло-сладкий, с ароматом свежей зелени и привкусом свеклы.

Цвет – темно-красный, после размешивания сметаны – бело-розовый.

Консистенция свеклы – мягкая.



## Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите какие жидкие основы можно использовать для приготовления холодных супов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

2. Перечислите ассортимент холодных супов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

3. Напишите, из каких этапов состоит технологический процесс приготовления окрошек \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Вставьте в текст пропущенные слова:

\_\_\_\_\_ яиц растирают с солью, \_\_\_\_\_, сметаной, \_\_\_\_\_, соединяют с растертым луком и разводят \_\_\_\_\_ и хранят в холодильнике.

5. Перечислите овощи, используемые при приготовлении окрошки овощной \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

6. Укажите в каком соотношении разводят кефир с водой при приготовлении окрошки мясной на кефире

\_\_\_\_\_.

7. Назовите отличительную особенность в приготовлении окрошки мясной и окрошки мясной сборной \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

8. Укажите как используют молодую свеклу при приготовлении свекольника холодного \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

9. Вы повар. Борщ холодный имеет недостаточную окраску. Ваши действия. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.

## Урок 12. Характеристика супов - пюре. Ассортимент и технология приготовления супов-пюре. Требования к качеству, сроки хранения.

Супы-пюре обладают высокой пищевой ценностью, они легко усваиваются организмом, поэтому широко применяются в детском и лечебном питании.

Эти супы готовят из:

- овощей;
- круп;
- бобовых;
- птицы и дичи;
- печени;
- рыбы.

Отличительной особенностью супов-пюре является то, что для их приготовления продукты протирают, поэтому супы имеют **однородную и нежную консистенцию**.

Основой супов-пюре служат **пюре из продуктов и белый соус**.

Продукты, предназначенные для супов-пюре, подвергают различным видам тепловой обработки:

- варке,
- припусканию,
- тушению, а затем протирают через протирочную машину или частое сито.

Трудноизмельчаемые продукты предварительно измельчают на мясорубке, а затем протирают. Протертые продукты со-

единяют с белым соусом для того, чтобы измельченные частицы продукта были равномерно распределены по всей массе, находились во взвешенном состоянии и не оседали на дно.

Супы-пюре готовят вегетарианскими, на костном и курином бульоне, овощном или крупяном отваре, молоке.



Рисунок 12.1 Алгоритм приготовления супа-пюре



Для белого соуса муку пассеруют без жира или с жиром, а затем соединяют с бульоном или отваром. Иногда супы приготавливают без муки, при этом ее заменяют рисовой или перловой крупой.

Чтобы придать супам-пюре хороший вкус и нежную консистенцию, их заправляют сливочным маслом, горячим молоком или льезоном.

Для приготовления льезона сырые яйца или желтки яиц разводят кипяченым или стерилизованным молоком или сливками, иногда добавляют сливочное масло и варят на водяной бане при температуре 60-70 °С до загустения. Заправленные льезоном супы нагревать до температуры более 70 °С нельзя, так как белок может свернуться.

При отпуске супов-пюре в тарелку можно положить гарнир (15-20 г на 1 порцию), приготовленный из продуктов, входящих в состав супа. Отдельно подают гренки из пшеничного хлеба, нарезанного мелкими кубиками, кукурузные или пшеничные хлопья, пирожки.

**Суп-пюре из моркови.** Лук и петрушку шинкуют и пассеруют. Морковь или репу нарезают соломкой, складывают в посуду, заливают на 1/3 бульоном. Затем кладут пассерованные овощи и припускают до готовности. Припущенные овощи протирают, соединяют с белым соусом, разводят бульоном до консистенции супа, кладут соль и проваривают.

Готовый суп заправляют льезоном и сливочным маслом.



Рисунок 12.2 Суп-пюре из моркови

При отпуске в тарелку кладут гарнир — рассыпчатый рис, наливают суп, отдельно подают гренки.

**Суп-пюре из зеленого горошка.** Морковь, репчатый лук шинкуют и пассеруют. Небольшую часть консервированного горошка кипятят в собственном отваре и используют для гарнира. Остальной зеленый горошек соединяют с пассерованными овощами и припускают, затем протирают вместе с жидкостью. Полученное пюре соединяют с белым соусом, кладут соль и кипятят. Готовый суп заправляют льезоном и сливочным маслом.



Рисунок 12.3 Суп-пюре из зеленого горошка

**При отпуске** в тарелку кладут зеленый горошек, наливают суп. Отдельно подают гренки. Этот суп можно приготовить из сушеного зеленого горошка или молодых лопаточек гороха. Если используют сушеный зеленый горошек, то его промывают, замачивают в холодной воде на 1,5-2 ч, а затем варят без соли.

**Мясные супы-пюре** приготавливают из птицы, кролика, говяжьей и телячьей печени. Птицу предварительно варят, печень обжаривают.

**Суп-пюре из птицы.** Заправленные тушки птицы варят до готовности. При варке кладут морковь, петрушку, лук. Готовую птицу вынимают, охлаждают и отделяют мякоть от костей. Полученную мякоть режут на кусочки и пропускают через мясорубку или протирочную машину, разводят бульоном и

протирают. Мякоть можно растереть в ступке, добавляя постепенно холодный бульон, а затем протереть через частое сито. Протертую массу соединяют с белым соусом, кладут соль и кипятят. Готовый суп заправляют льезоном.



Рисунок 12. 4 Суп-пюре из птицы

**При отпуске** в тарелку кладут филе птицы, нарезанное соломкой, наливают суп, отдельно подают гренки. Суп можно отпустить с кнелями из кур.

**Суп-пюре из печени.** Обработанную печень нарезают кусочками, слегка обжаривают на сливочном масле, добавляют пассерованную морковь, петрушку и репчатый лук, бульон и тушат до готовности. Затем пропускают через протирочную машину, можно протереть через сито. Протертую массу соединяют с белым соусом, разводят бульоном, кладут соль и доводят до кипения. Готовый суп заправляют льезоном и сливочным маслом.



Рисунок 12.5 Суп-пюре из печени

**При отпуске** суп наливают в тарелку, отдельно подают гренки.

#### **Требования к качеству и хранению супов-пюре**

Внешний вид – однородная масса без кусочков непротертых овощей и без пленок на поверхности.

Консистенция – нежная, напоминающая густые сливки.

Цвет – соответствует основному продукту.

Вкус – нежный, в меру соленый.



### **Задания для самостоятельного решения:**

**1. Почему супы-пюре получили широкое применение в детском и лечебном питании \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**2. Укажите, что является отличительной особенностью в приготовлении супов-пюре. \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**3. Напишите, как добиться, чтобы супы-пюре имели однородную и нежную консистенцию \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**4. Объясните, почему при подаче температура супов-пюре должна быть ниже температуры заправочных супов и составлять менее 70°C. \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**5. Укажите, какие способы тепловой обработки применяют при подготовке продуктов в приготовлении \_\_\_\_\_**

супов-пюре \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

6. Перечислите, чем заправляют супы-пюре \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

7. Дайте определение термину: льезон - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

8. Напишите, какие жидкие основы используют при приготовлении супов-пюре \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

9. Вы повар. Суп-пюре по консистенции имеет кусочки непротертых овощей. Ваши действия. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

### Урок 13. Методы и варианты оформления первых блюд. Температура подачи основных супов.

В кулинарном мастерстве большое значение имеет правильное **оформление первых блюд**, которые должны быть оформлены так, чтобы они привлекали внимание и вызывали аппетит, а также способствовали лучшему усвоению пищи.

Красивая посуда придает особо привлекательный внешний вид и должна соответствовать тому супу, который в ней подается.

В зависимости от вида супов определяют посуду и **способы их подачи**. Супы отпускают в мисках или глубоких тарелках; прозрачные супы — в бульонных чашках.

Некоторые супы отпускают в порционных горшочках.



Рисунок 13.1 Миска для подачи супа





Рисунок 13.2 Глубокая тарелка для подачи супа



Рисунок 13.3 Бульонная чашка для подачи супа



Рисунок 13.4 Порционный горшочек для подачи супа

Пирожки, расстегаи, кулебяки, ватрушки, гренки к супам подают на пирожковых тарелках.



Рисунок 13.5 Тарелка пирожковая

**При оформлении супов** необходимо соблюдать следующие **правила**:

1. Формы нарезки продуктов должны соответствовать супу.

2. Жир на поверхности супа должен быть оранжевого или желтого цвета (при порционировании суп взбалтывают, равномерно распределяя жир).

3. Сначала кладут густую часть — гарнир, затем наливают осторожно бульон (края тарелок должны быть чистыми).

4. Мясные и рыбные продукты, подаваемые к супам, необходимо хранить в бульоне.

5. Сметану кладут в тарелку с супом так, чтобы она имела вид белоснежного кружочка, рядом укладывают мелкорубленую зелень петрушки, укропа или мелко нашинкованный зеленый лук;

6. К супу можно подавать сметану отдельно в соуснике.

7. Кусочек масла, который кладут при отпуске в молочные супы, должен быть аккуратно вырезан в форме кубика или четырехугольника.



Рисунок 13.1 Отпуск супа-пюре



Рисунок 13.2 Отпуск борща



Рисунок 13.3 Отпуск щей



Рисунок 13.4 Отпуск борща холодного

### Температура подачи основных супов

Вкусовые ощущения приготовленных супов находятся в тесной зависимости от температуры подачи. Температура подачи первых блюд должна быть не ниже 75°C, супов, заправленных льезоном, — до 65°C. Холодные супы и продукты, подготовленные для этих супов, хранят в холодильнике при температуре 4-6 °С.

Супы при отпуске наливают в подогретые до 40°C глубокие тарелки или миски (фаянсовые, фарфоровые, мельхиоровые) и ставятся на подстановочную тарелку. Посуду для отпуска холодных супов охлаждают до 12°C.



### Задания для самостоятельного решения:

1. Перечислите, что подают при отпуске супов на пирожковой тарелке \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

2. Вставьте в тест пропущенные слова:

«При отпуске супов сначала кладут густую часть — \_\_\_\_\_, затем наливают осторожно \_\_\_\_\_ (края тарелок должны быть чистыми).

3. Напишите температуру подачи супов: \_\_\_\_\_, заправленных льезоном - \_\_\_\_\_, холодных супов \_\_\_\_\_.

4. Укажите, как подают сметану при отпуске заправочных супов \_\_\_\_\_.

5. Напишите в какой посуде подают супы \_\_\_\_\_.

6. Укажите, каким образом необходимо хранить мясные и рыбные продукты, подаваемые к супам \_\_\_\_\_.

### **Урок 14-15. Практическое занятие № 1 «Расчет используемого сырья для приготовления основных супов».**

**Цель:** приобрести навыки расчетов первых блюд на заданное количество сырья с учетом сезонности овощей и составления алгоритмов приготовления супов.

**Нормативный документ, используемый при выполнении работы:**

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий // под ред. Харченко Н.Э., 2018г.

**Задание:**

1. Произведите расчет сырья для приготовления необходимого количества порций супа с учетом процента отходов при механической кулинарной обработке сырья (Сборник рецептур) по индивидуальному заданию преподавателя. Полученные результаты запишите в таблицу 1.
2. Составьте алгоритм технологии приготовления супа.
3. Укажите посуду, инструменты, инвентарь, используемые при приготовлении супа.
4. Напишите правила подачи супа.

**Пример выполнения задания:**

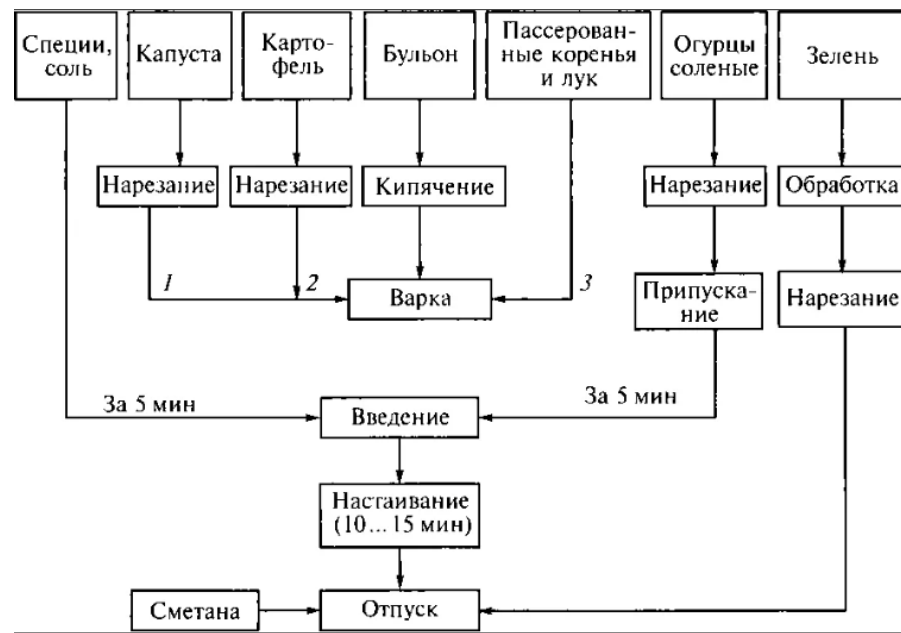
1. Произвести расчет сырья для приготовления рассольника на 10 порций. Задание 1 оформить в виде таблицы:



**Таблица 1. Рассольник**

№ п/п	Наименование сырья	Масса сырья по Сборнику рецептов, г		Масса сырья на 1 порцию, г		Масса сырья на 10 порций, г	
		Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
1	Картофель	320	240				
2	Петрушка (корень)	80	60				
3	Сельдерей (корень)	15	10				
4	Лук репчатый	48	40				
5	Лук-порей	53	40				
6	Огурцы соленые	67	60				
7	Щавель или шпинат	53 54	40 40				
8	Маргарин столовый	20	20				
9	Бульон или вода	750	750				
	Выход	-	1000	-	500		

2. Составить алгоритм приготовления рассольника:



1. **Перечислить** посуду, инструменты, инвентарь, используемые при приготовлении рассольника:

Кастрюли разной емкости, сотейник, сковорода, миски; ножи, доски, шумовка, ложки столовые, ложка разливная; гастроемкость, весы, тарелка столовая глубокая и подстановочная.

2. **Описать** правила подачи супа:

В подогретую столовую глубокую тарелку налить рассольник, положить сметану и посыпать зеленью. подавать на подстановочной тарелке.

### Индивидуальные задания:

1. Произвести расчет сырья для приготовления **борща с капустой и картофелем на 15 порций.**
2. Произвести расчет сырья для приготовления **борща украинский на 10 порций.**
3. Произвести расчет сырья для приготовления **щей из свежей капусты на 25 порций.**
4. Произвести расчет сырья для приготовления **щей суточных на 30 порций.**
5. Произвести расчет сырья для приготовления **рассольника домашнего на 20 порций.**
6. Произвести расчет сырья для приготовления **рассольника «Ленинградский» на 15 порций.**
7. Произвести расчет сырья для приготовления **супа картофельного на 10 порций.**
8. Произвести расчет сырья для приготовления **супа картофельного с крупой на 35 порций.**
9. Произвести расчет сырья для приготовления **супа картофельного с бобовыми на 15 порций.**
10. Произвести расчет сырья для приготовления **супа молочного с макаронными изделиями на 10 порций.**
11. Произвести расчет сырья для приготовления **супа молочного с овощами на 20 порций.**
12. Произвести расчет сырья для приготовления **супа-пюре из разных овощей на 30 порций.**
13. Произвести расчет сырья для приготовления **супа-пюре из печени на 35 порций.**

14. Произвести расчет сырья для приготовления **окрошки сборной мясной на 10 порций.**

15. Произвести расчет сырья для приготовления **борща холодного на 15 порций.**

### **Урок 16-17. Лабораторное занятие №1 «Приготовление основных супов».**

#### **Цель лабораторного занятия:**

Отработать практические навыки приготовления и отпуска основных супов.

#### **Задачи лабораторного занятия:**

- научиться применять на практике различные виды тепловой кулинарной обработки;
- получить практический опыт приготовления основных супов: **щи из свежей капусты с картофелем, борщ из свежей капусты с картофелем, суп картофельный с бобовыми, суп молочный с овощами.**
- научиться применять на практике правила подачи готовых супов;
- сравнить полученный результат с требованиями качества, предъявляемыми нормативными документами.

**Оборудование:** плита индукционная, весы настольные.

### **Посуда и инвентарь:**

- доски разделочные;
- ножи (поварская тройка);
- миски объемом 0,5-1 литр;
- кастрюли объемом 1, 2, 3 литра;
- сотейник;
- сковорода с тефлоновым покрытием;
- лопатки силиконовые;
- тарелки столовые глубокие с подстановочными;
- столовые ложки;
- веселки.

### **Последовательность выполнения работы:**

1. Проведение инструктажа по технике безопасности на рабочем месте.
2. Выполнение лабораторного занятия:
  - обработка овощей и приготовление полуфабрикатов из овощей, необходимых для приготовления супов;
  - приготовление супов согласно рецептуре;
  - отпуск супов;
  - проведение бракеража приготовленных супов с оценением качества;
  - уборка рабочего места.
3. Подведение итогов лабораторного занятия.

### **Требования к качеству готовых блюд**

#### **1. Щи из свежей капусты с картофелем:**

а) **внешний вид** – капуста и коренья должны сохранить форму нарезки, на поверхности должны быть блестки оранжевого жира;

б) **цвет** – бульон бесцветный или бледно-коричневый;

в) **вкус** – слегка сладковатый, с ароматом пассерованных овощей, в меру соленый, без запаха пареной капусты;

г) **консистенция** – кореньев и лука - мягкая, капусты-слегка хрустящая.

#### **2. Борщ из свежей капусты с картофелем:**

а) **внешний вид** – свекла, капуста и коренья должны сохранить свою форму; форма нарезки капусты – соломка или шашки, формы нарезки остальных овощей должно соответствовать форме нарезки капусты;

б) **цвет** – малиново-красный;

в) **вкус** – кисло-сладкий, без привкуса сырой свеклы;

г) **консистенция** – мягкая, не переваренная.

#### **3. Суп картофельный с бобовыми:**

а) **внешний вид** – коренья, картофель, горох должны сохранить форму нарезки;

б) **цвет** – жира на поверхности – ярко-оранжевый;

в) **вкус** – в меру соленый, с ароматом пассерованных овощей;

г) **консистенция** – кореньев, картофеля - мягкая.

#### 4. Суп молочный с овощами:

- а) **внешний вид** – овощи должны сохранить форму нарезки;
- б) **цвет** – белый;
- в) **вкус** – сладковаты, слабосоленый, без привкуса и запах подгорелого молока;
- г) **консистенция** – мягкая.

#### Технологическая карта № 1

Наименование организации: ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж».

Номер рецептуры 93 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Харченко Н.Э., 2018 г.

Наименование блюда: **Щи из свежей капусты с картофелем.**

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто или п/ф, г
Капуста белокочанная	125	100
Картофель	80	60
Морковь	25	20
Петрушка (корень)	6,5	5
Лук репчатый	24	20
Кулинарный жир	10	10
Бульон	400	400
Сметана	20	20
<b>Выход на 1 порцию</b>	-	<b>500</b>

#### Технологический процесс приготовления, оформление и отпуск

1. Капусту нарезают шашками, картофель дольками.
2. Лук и морковь пассеруют.
3. В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения.
4. Затем кладут картофель.
5. Добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности.
6. Щи отпускают со сметаной и посыпают рубленой зеленью и кусочком мяса.

**Отпуск:** в подогретую глубокую столовую тарелку наливают суп, сверху кладут сметану, посыпают рубленой зеленью.

**Температура подачи** – не ниже 70-75°C.

#### Технологическая карта № 2

Наименование организации: ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Номер рецептуры 83 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Харченко Н.Э., 2018г.

Наименование блюда **Борщ из свежей капусты с картофелем.**



Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто или п/ф, г
Свекла	100	80
Капуста свежая	50	40
Картофель	62	40
Морковь	25	20
Петрушка (корень)	6,5	5
Лук репчатый	24	20
Томатное пюре	15	15
Кулинарный жир	10	10
Сахар	5	5
Уксус 3%-ный	16	16
Бульон	400	400
Сметана	20	20
<b>Выход на 1 порцию</b>	-	<b>500</b>

### Технологический процесс приготовления, оформление и отпуск

1. Подготовка свеклы: свеклу нарезают соломкой, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томатного пюре, уксуса, жира и небольшого количества бульона или воды.

2. Лук и морковь пассеруют.

3. В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную, свежую капусту, доводят до кипения.

4. Затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 мин.

5. Кладут пассерованные лук, морковь, подготовленную свеклу и варят борщ до готовности.

6. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, специи.

7. Борщ отпускают со сметаной (20гр).

**Отпуск:** в подогретую глубокую столовую тарелку наливают суп, сверху кладут сметану, посыпают рубленой зеленью.

**Температура подачи – не ниже 70-75°C.**

### Технологическая карта № 3

Наименование организации ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Номер рецептуры 107 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Харченко Н.Э., 2018г.

Наименование блюда Суп картофельный с бобовыми.

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто или п/ф, г
Картофель	133,5	100
Фасоль, или горох лущеный или чечевица	40,5 50,5	40 50
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Петрушка (корень)	6,5	5

Кулинарный жир	10	10
Бульон	350	350
<b>Выход на 1 порцию</b>	-	<b>500</b>

### **Технологический процесс приготовления, оформление и отпуск**

1. Картофель нарезают средними кубиками, морковь и петрушку мелкими кубиками, лук мелко рубят.

2. Фасоль, горох, чечевицу перебирают, моют, кладут в холодную воду: фасоль и чечевицу – на 5-8 час, лущеный горох – на 3-4 час.

3. Подготовленные бобовые кладут в кипящий бульон, варят до полуготовности, затем добавляют картофель и варят. Морковь и лук обрабатывают, нарезают, пассеруют добавляют в суп за 10-15 минут до готовности.

**Отпуск:** в подогретую глубокую столовую тарелку наливают суп, сверху посыпают рубленой зеленью.

**Температура подачи – не ниже 70-75°C.**

### **Технологическая карта № 4**

Наименование организации ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Номер рецептуры 123 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Харченко Н.Э., 2018г.

Наименование блюда Суп молочный с овощами.

<b>Наименование сырья, пищевых продуктов</b>	<b>Масса брутто, г</b>	<b>Масса нетто или п/ф, г</b>
Молоко	250	250
Вода	125	125
Капуста цветная или белокочанная	57 37	30 30
Картофель	152	125
Морковь	25	20
Фасоль овощная (лопатка) свежая	55	50
Масло сливочное	5	5
<b>Выход на 1 порцию</b>	-	<b>500</b>

### **Технологический процесс приготовления, оформление и отпуск**

1. Морковь нарезают ломтиками или дольками; картофель – кубиками или дольками, белокочанную капусту – шашками, цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, стручки фасоли разрезают на 2-3 части.

2. Морковь пассеруют.

3. В кипящую воду кладут пассерованную морковь; картофель, затем капусту, варят при слабом кипении до готовности.

4. За 5-10 минут до окончания варки кладут фасоль, предварительно отваренную, вливают горячее молоко, добавляют соль и доводят до кипения.

**Отпуск:** в подогретую глубокую столовую тарелку наливают суп, заправляют сливочным маслом.

**Температура подачи – не ниже 70-75\*С.**



## Задания для самостоятельного решения:

1. Сравните органолептические показатели качества приготовленных супов с требованиями к качеству готовых блюд.
2. Укажите причины дефектов приготовленных супов и пути их устранения, заполнив таблицу 2.

Таблица 2. Бракеражная таблица			
Изделие	Дефекты изделия, их причины	Способ исправления дефектов	Оценка
Щи из свежей капусты с картофелем			
Борщ из свежей капусты с картофелем			
Суп картофельный с бобовыми			
Суп молочный с овощами			

## Урок 18. Дифференцированный зачет.

Внимательно прочитайте вопрос и отметьте правильные ответы (правильных ответов может быть несколько).

### 1. Перечислите виды бульонов для приготовления супов:

- а) овощной;
- б) мясной;
- в) рыбный;
- г) грибной;
- д) сладкий.

### 2. Укажите температуру подачи горячих супов:

- а) 90°C;
- б) 100°C;
- в) 80°C;
- г) 75°C.

### 3. Выберите суп, в который обязательно входит свекла:

- а) рассольник;
- б) борщ;
- в) суп-пюре;
- г) картофельный суп.

### 4. Укажите название цеха, в котором осуществляется приготовление супов:

- а) мясной;
- б) горячий;
- в) овощной;
- г) холодный.

**5. Укажите кулинарное назначение бульона:**

- а) улучшение вкуса приготовленных блюд;
- б) улучшение вкуса приготовленных блюд;
- в) улучшение внешнего вида приготовленного блюда;
- г) для повышения калорийности блюд.

**6. Укажите, от чего зависит оттенок грибного отвара:**

- а) от вкуса грибов;
- б) от вида грибов;
- в) от способов приготовления.

**7. Укажите, с какими ингредиентами осуществляется подача щей:**

- а) майонез;
- б) сливочное масло;
- в) подсолнечным маслом;
- г) зелень;
- д) сметана.

**8. Определите, от нарезки какого ингредиента, при приготовлении борща зависит нарезка остальных овощей.**

- а) морковь;
- б) свекла;
- в) лук;
- г) капуста.

**9. Укажите название первого блюда, не относящееся к рассольникам:**

- а) «Ленинградский»;
- б) «Домашний»;
- в) «Крестьянский».

**10. Выберите супы, хорошо утоляющие жажду:**

- а) окрошки;
- б) ботвиньи;
- в) борщи;
- г) щи.

**11. Укажите из каких частей состоят супы:**

- а) жидкой (основы);
- б) плотной (гарнира);
- в) пряностей.

**12. Выберите признак, по которому супы не классифицируются:**

- а) по температуре подачи;
- б) по способу приготовления;
- в) по жидкой основе;
- г) по сложности приготовления.

**13. Укажите время варки рыбного бульона:**

- а) 20 минут;
- б) 40 минут;
- в) 60 минут;
- г) 50 минут.

**14. Укажите время пассеровки овощей для супов:**

- а) 10 минут;
- б) 15 минут;
- в) 15-20 минут.

**15. Укажите, от чего зависит время варки бульона из птицы:**

- а) вида птицы;



- б) возраста птицы;
- в) веса птицы.

**16. Укажите виды супов, подразделяющихся по температуре подачи:**

- а) горячие;
- б) холодные;
- в) теплые.

**17. Выберите жидкую основу, которая не используется для приготовления супов:**

- а) бульоны;
- б) овощные, крупяные отвары;
- в) молоко;
- г) хлебный квас;
- д) фруктовые напитки.

**18. Укажите правильный ингредиент для приготовления сладких супов:**

- а) крахмал;
- б) желатин;
- в) меланж.

**19. Укажите температуру подачи холодных супов:**

- а) 5°C
- б) 4°C
- в) 2-10°C
- г) 10-14°C

**20. Укажите, в чем отличие борщей от щей:**

- а) наличие свеклы;
- б) наличие приправ;

- в) наличие соусов.

**21. Укажите, в какой рассольник при приготовлении добавляют крупу:**

- а) домашний;
- б) «Ленинградский».

**22. Выберите правильный признак отличия в приготовлении рассольника от приготовления других супов:**

- а) его варят на бульоне;
- б) в него добавляют рассол;
- в) используют специи.

**22. Укажите, почему при варке молочных супов необходима предварительная варка рисовой крупы в воде:**

- а) это ускоряет процесс приготовления;
- б) способствует готовности крупы;
- в) улучшает визуальные и вкусовые показатели супа.

**23. Укажите, что делают с продуктами, чтобы получить супы-пюре однородной нежной консистенции?**

- а) протирают;
- б) сильно разваривают;
- в) припускают мелко нарезанными;
- г) нет верного ответа.

**24. Укажите, какие супы заправляют льезоном и сливочным маслом?**

- а) молочные супы;
- б) сладкие супы;
- в) супы-пюре.

**25. Укажите способы подготовки свеклы для борща:**

- а) тушение;
- б) варка на пару;
- в) запекание;
- г) пассерование.

**26. Укажите, с какой целью овощи для супов пассеруют:**

- а) для улучшения вкуса и аромата готовых изделий;
- б) сокращения продолжительности варки;
- в) изменения консистенции.

**27. Укажите, какой вкус должен иметь борщ:**

- а) кислый;
- б) сладковатый;
- в) кисло-сладкий.

**28. Укажите, какую форму нарезки капусты используют при приготовлении рассольника домашнего:**

- а) соломка;
- б) шашки;
- в) долька.

**29. Укажите, в какой последовательности необходимо закладывать картофель при варке супов:**

- а) до кислотосодержащих продуктов;
- б) после кислотосодержащих продуктов;
- в) одновременно с кислотосодержащими продуктами.

**30. Выберите правильный ответ - горячие супы приготавливают в отделении горячего цеха:**

- а) холодном
- б) суповом;

- в) соусном;
- г) другое.

**31. Укажите, в каком цехе организуется технологическая линия варки бульонов:**

- а) холодном;
- б) овощном;
- в) горячем;
- г) мясном.

**32. Укажите, при приготовлении костного бульона подготовленные кости кладут в котел и заливают какой водой:**

- а) холодной;
- б) теплой;
- в) горячей;
- г) кипяченой.

**33. Укажите, какое оборудование используют для приготовления бульонов используют оборудование:**

- а) пароконвектомат;
- б) электрическую сковороду;
- в) пищеварочный котел;
- г) другое.

**34. Укажите к каким блюдам относятся супы?**

- а) к сладким;
- б) первым;
- в) вторым;
- г) напиткам.

35. Укажите продолжительность варки бульона из говяжьих костей составляет:

- а) 2-3 ч;
- б) 3-4 ч.

## ЛИТЕРАТУРА:

### Печатные издания

1. ГОСТ 31985-2013 Услуги общественного питания. Термины и определения.

2. ГОСТ 30389-2013 Услуги общественного питания. Предприятия общественного питания. Классификация и общие требования.

3. ГОСТ 31986-2012 Услуги общественного питания. Метод органолептической оценки качества продукции общественного питания.

4. ГОСТ 31988-2012 Услуги общественного питания. Метод расчета отходов и потерь сырья и пищевых продуктов при производстве продукции общественного питания.

5. Сборник технологических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука. Издательство «Хлебпродинформ», 1996 г. I часть, 615 с.

6. Анфимова Н.А. Кулинария: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Н.А. Анфимова. - 13-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2017. — 400 с.

7. Богушева Е.И. Технология приготовления пищи: учебно-методическая литература для студ. учреждений сред. проф. образования/Е.И. Богушева. - М.: Издательство «Феникс», 2018, 374 с.

8. Дубровская Н.И. Приготовление супов и соусов: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования /Н.И. Дубровская, Е.В. Чубасова. – 2-е изд., стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 176 с.

9. Дубровская Н.И. Приготовление супов и соусов: практикум: учеб.пособие для студ.учреждений средпроф. образования/Н.И. Дубровская, Е.В. Чубасова. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 128 с.

10. Васюкова, А.Т. Оборудование пищевых предприятий: учебник / Васюкова А.Т. — Москва: КноРус, 2019. — 284 с.

11. Качурина Т.А. Кулинария: рабочая тетрадь для нач.поф.образования/Т.А. Качурина. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 160 с.

12. Чуканова Н.В. Производственное обучение профессии «Повар»: рабочая тетрадь: в 4 ч. – Ч. 2: учебное пособие для студ.учреждений сред.проф.образования/Н.В. Чуканова. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 64 с.

13. Лутошкина Г.Г. Техническое оснащение и организация рабочего места: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования /Г. Г. Лутошкина, Ж. С. Анохина. — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 240 с.

14. Матюхина З.П. Товароведение пищевых продуктов: учебник для нач. проф. образования / З.П. Матюхина. - М.: Академия, 2014. – 336 с.

15. Радченко С.Н. Организация производства на предприятиях общественного питания: учебник для нач. проф. образования /С.Н. Радченко. - «Феникс», 2013 – 373 с.

16. Семичева, Г. П. Приготовление и подготовка к реализации полуфабрикатов для блюд, кулинарных изделий разнообразного ассортимента: учебник / Г. П. Семичева. – Москва: Академия, 2019. – 356 с.

17. Шильман Л.З. Технология кулинарной продукции: учеб.пособие для студ.учреждений сред.проф. образования/ Л.З. Шильман. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 176с.

#### **Электронные издания (электронные ресурсы):**

1. Электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК) «Организация и ведение процессов приготовления и подготовки к реализации полуфабрикатов для блюд, кулинарных изделий сложного ассортимента».

2. Электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК) «Приготовление супов и соусов».