**План.**

Введение

Глава 1. Характеристика блюд из баранины

1.1. Характеристика сырья

1.2. Общие приемы приготовления и ассортимент полуфабрикатов из

баранины

1.3. Классификация блюд

Глава 2. Приготовление блюд из баранины

2.1. Блюда из отварной баранины

Баранина с овощами

Баранина отварная

Манты с бараниной

2.2. Блюда из жареной баранины

Кебаб из баранины

Шашлык из баранины по-карски

Баранья ножка с пюре из нута

2.3. Блюда из тушеной баранины

Чанахи из баранины

Плов

Долма

Бараньи почки

2.4. Блюда из запеченного мяса

Баранина запеченная под молочным соусом

Котлеты натуральные, запеченные с соусом

Глава 3. Оформление и подача блюд из баранины

Глава 4. Требования к качеству блюд

Заключение

Список литературы

**Введение.**

Мясная кулинария имеет давнюю историю. Сначала мясо ели сырым, потом начали жарить на огне, варить, тушить. Сегодня из мяса можно приготовить несколько сотен различных блюд.

С тех давних времен изменились не только рецепты и технологии приготовления мясных блюд и изделий, изменилось само мясо. Причиной тому - изменения в экологии, поэтому современные кулинары ищут новые способы обработки и изготовления мясных продуктов.

Мясо является незаменимым продуктом в ежедневном рационе каждого человека. Очень важно правильно приготовить мясо - не пересушить его, не пережарить, в то же время мясо должно быть полностью приготовлено.

Тема моей курсовой работы «Блюда из баранины». В данной работе основной целью является изучение ассортимента и технологии приготовления блюд из баранины.

Для этого в данной работе решены следующие задачи:

- изучение технологии приготовления блюд из баранины;

- ознакомление с правилами оформления, отпуска, хранения и реализации;

- изучение требований к качеству блюд из баранины.

Я считаю, что тема моей работы актуальна, так как она имеет практическую значимость при приготовлении блюд.

В мясе содержится от 14 до 24% белков, а с помощью аминокислот белкового происхождения организм вырабатывает ткани, гормоны, ферменты и другие полезные вещества. Мясо богато, например, витамином В6 (пиридоксином), который отвечает за выработку в крови гемоглобина и весьма полезен для нервной системы. Его дефицит в организме приводит к кожным заболеваниям, слабости, анемии и даже образованию камней в почках.

По содержанию аминокислот, а значит и по полезности, жирная баранина занимает четвертое место после других видов мяса. В баранине содержится 20,75 % азотистых экстрактивных веществ, способствующих выделению желудочного сока.

Что касается калорийности мяса, то тут важнейшую роль играют жиры. В любом случае жирное мясо усваивается медленнее, чем постное. Поэтому блюда из баранины лучше есть зимой.

Одна из широко распространенных ошибок — это убеждение в мягкости и сочности парного мяса. Мясо только что убитого животного неароматно, жестко, плохо усваивается и обладает неприятным запахом. Мясо обязательно должно вылежаться, в процессе чего в нем образуется так называемая мясная кислота, начинается брожение под влиянием воздуха, и оно насыщается новыми красками и оттенками вкуса.

Огромное значение для сочности мяса имеет и способ жарки. Чем больше влаги теряет мясо на сковороде, тем суше и жестче оно становится. Поэтому не стоит готовить отменную вырезку на жире или масле — свежее сочное мясо лучше всего жарить на сухой раскален­ной сковороде по несколько минут с обеих сторон и солить каждую сторону только после подрумянивания. Кстати, и отбивать мясо лучше всего на доске, смоченной холодной во­дой, так как сухое дерево впитывает мясной сок.

В данной курсовой работе я постарался привести рецепты и технологию приготовления различных блюд из баранины.

**Глава 1. Характеристика блюд из баранины.**

* 1. **Характеристика сырья.**

Для приготовления мясных блюд из баранины лучше всего употреблять мясо молодых животных. Его легко отличить по цвету. Мясо животных в возрасте до шести недель имеет окраску от светло - розовой до светло - красной и плотный белый внутренний жир. Мясо молодняка (до двух лет) — светло-красного цвета с почти белым жиром. Мясо взрослых животных (двух-пяти лет) — сочное, нежное, красного цвета. У старых животных (старше пяти лет) мясо темно-красного цвета, жир — желтый. Наилучшими питательными свойствами обладает баранина — от 1-2-летних животных.

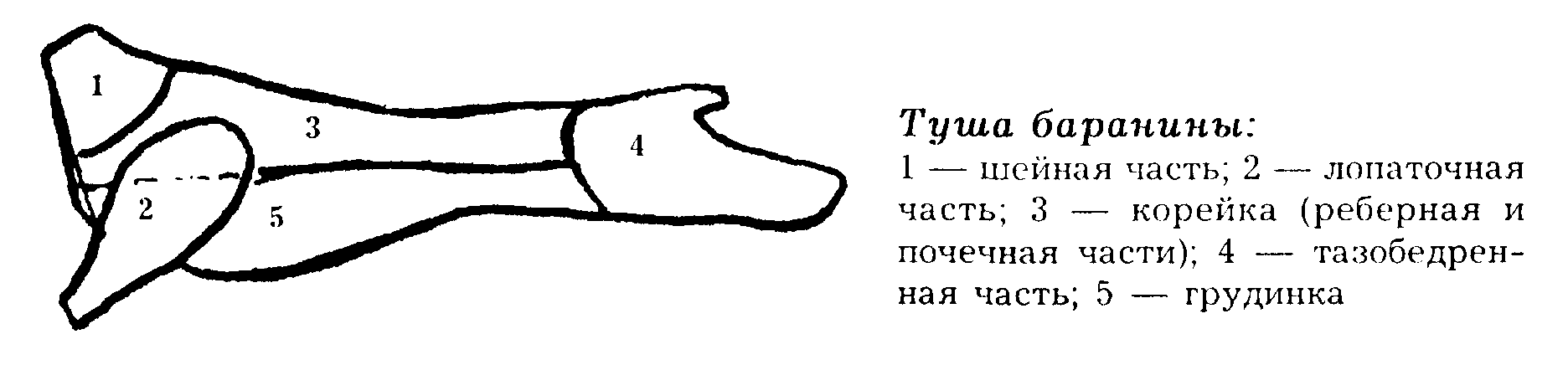
Выбирая мясо, важно понимать, для чего можно использовать тот или иной кусок. Сто­ит исходить из того, что чем больше конкретная мышца животного работала при жизни, тем она жестче. Жесткое мясо для жарки не предназначено, его нужно подвергать длитель­ной тепловой обработке (варке или тушению) или превращать в фарш.

Из верхних и внутренних частей неплохо жарить порционные куски и мелкие кусочки (предварительно отбив); из боковых и наружных частей целесооб­разно делать фарш для котлетной массы или тушить их. Подобным же образом использует­ся мякоть от лопатки. Эти же виды мяса можно отваривать.

Грудинку (челку), покромку, голяшку чаще всего пускают на бульоны и супы.

Корейку и задние ноги можно жарить целиком; крупны­ми, порционными и мелкими кусками; лопатку и грудинку тоже жарят (в том числе в фар­шированном виде) или тушат целиком, крупнымии мелкими кусками; бараньи шеи применяют для приготовления рагу и фаршей.

Рис.1. Схема разделки бараньей туши.



Туша баранины:

1 — шейная часть; 2 — лопаточная часть; З — корейка (реберная и почечная части); 4 — тазобедренная часть; 5 — грудинка.

**1.2. Общие приемы приготовления и ассортимент полуфабрикатов из баранины.**

Мясные полуфабрикаты делятся на следующие группы: крупнокусковые, порционные, мелкокусковые и рубленные.

Рис. 2 Схема приготовления полуфабрикатов.

|  |
| --- |
| Приготовление полуфабрикатов для тепловой обработки |

|  |
| --- |
| порционные  рубленные  мелкокусковые |

натуральные

с хлебом

панированные

натуральные

1. Крупнокусковые для непосредственной тепловой обра­ботки:

**Баранину жареную** (жиго) готовят из тазобедренной части (окорока). Для этого око­рок подвергают неполной обвалке, удаляя берцовую и тазовую кости. На расстоянии 10 см от нижней головки бедренной кости делают круговой надрез мякоти. Мякоть снимают с кости и от­рубают наискосок головку. Края верхней части окорока зарав­нивают.

**Баранье седло** готовят из поясничной части корейки. От корейки, не вырубая позвоночника, отделяют поясничную часть. Тонкие края подгибают к позвоночнику и обвязывают шпагатом.

Для блюда **баранина жареная** используют мя­коть лопатки, которую скручивают рулетом, подворачивая внутрь верхние и нижние края лопатки. Сформованный полу­фабрикат перевязывают шпагатом. Так же подготавливают ло­патку для варки и тушения.

Для приготовления **баранины тушеной шпи­гованной** мякоть лопатки предварительно шпигуют морковью и петрушкой, нарезанными брусочками, а затем сворачивают рулетом.

**Грудинка фаршированная** — для ее приготовления у гру­динки со стороны пашины прорезают пленки между наруж­ным слоем мякоти и мякотью на реберных костях так, чтобы образовался "карман". Этот "карман" заполняют фаршем, раз­рез закрепляют шпажкой или зашивают. С внутренней сторо­ны грудинки надрезают пленки вдоль реберных костей, чтобы удалить их после тепловой обработки.

Для фарша готовят рассыпчатую гречневую или рисовую кашу. Смешивают ее с пассерованным луком, вареным рубле­ным яйцом, жареной измельченной печенью, зеленью петруш­ки. Можно отварной рис соединить с сырым фаршем из бара­нины, пассерованным луком, солью, перцем

2. Порционные полуфабрикаты, состоящие из одного-двух кусков, подготовленные для тепловой обработки, могут быть натуральные и панированные:

**Котлеты натуральные из баранины** нарезают из корейки с реберной косточ­кой. Порционный кусок отрезают наискось (под углом 45°) вдоль реберной косточки, подрезая мякоть на 2—3 см от ее нижнего конца. Косточку зачищают от пленок и остатков мякоти. Котле­ту отбивают и обравнивают, придавая овальную форму.

**Котлеты отбивные** готовят так же, как и натуральные, но полуфабрикаты смачивают в льезоне и панируют в сухарях.

**Шашлык по-карски** нарезают из почечной части корейки по одному куску на порцию. Полуфабрикат имеет прямоуголь­ную форму. Его маринуют. Для маринования нарезанное мясо кладут в неокисляющуюся посуду, сбрызгивают лимонным со­ком, лимонной кислотой или уксусом, посыпают мелко измель­ченным репчатым луком, солью, молотым перцем, зеленью петрушки или укропа. Можно добавить растительное масло. Ставят в холодильник на 4—5 ч. Почки маринуют вместе с мя­сом. Перед жаркой на шпажку надевают половину почки, за­тем мясо и некрупный помидор.

**Баранину духовую** нарезают из лопаточной части по одному-два куска

на порцию, толщиной 2—2,5 см, не зачищая поверхностную пленку.

3. Мелкокусковые (рагу, плов, шашлык и т. д)

***Мясо для шашлыка*** нарезают из окорока или корейки без ребер, кусочками массой 30—40 г, с содержанием жира не более 15% массы полуфаб­риката. Перед тепловой обработкой мясо маринуют, затем надевают на шпажку по 5—6 кусочков

***Плов***нарезают из мякоти лопаточной части баранины ку­сочками массой 10—15 г.

***Рагу*** нарубают из грудинки баранины кусочками с косточкой, массой 30—40 г. Разрешается использовать: мясокостные кусочки баранины от корейки с 1-го по 4-е ребро.

4. Из рубленого мяса

Из рубленого мяса готовят натуральные полуфабрикаты и полуфабрикаты с добавлением хлеба и других компонентов. Куски котлетного мяса — мякоть шейной части и обрезки, должны быть зачищены от сухожилий и грубой соединительной ткани. Для улучшения вкуса и сочности готовых изделий в состав нежирного котлетного мяса включают жир-сырец (5—10% массы мяса).В котлетном мясе из баранины содержание как жировой, так и соединительной ткани не должно превышать 10%.

***Рубленые натуральные полуфабрикаты.*** Мясо нарезают на куски, соединяют с салом-сырцом и измельчают в мясорубке или куттере. В подготовленную массу вводят во; (8—12% массы мяса), соль, перец, тщательно перемешивают и формуют полуфабрикаты. Полуфабрикаты могут быть непанированными (котлеты натуральные, люля-кебаб) и панированными (шницель натуральный рубле­ный, котлеты полтавские).

***Котлеты натуральные рубленые*** готовят из баранины, придавая изделиям форму котлет — овально-при­плюснутую с одним заостренным концом.

***Люля-кебаб*** готовят из котлетного мяса баранины. Мякоть с бараньим салом (курдючным), сырым репчатым луком про­пускают 2—3 раза через мясорубку. Лук не только ароматизирует мясо, но и размягчает его, так как содержит протеолитические ферменты. В рубку добавляют перец, соль, лимонную кислоту, хорошо перемешивают и ставят в холодильник на —3 ч для маринования. После этого порционируют, придают форму маленьких колбасок.

***Шницель натуральный рубленый.*** Полуфабрикату придают плоско-овальную форму, смачивают в льезоне и панируют в сухарях, толщина изделий 1см.

5. Рубленые полуфабрикаты с хлебом (изделия из кот­летной массы).

Для приготовления изделий с добавлением хлеба измельченное на мясорубке котлетное мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом (20—25% массы мяса), предварительно замоченным в воде или моло­ке (общее количество жидкости 30—35% массы мяса) и отжа­тым, вводят соль, перец и вторично пропускают через мясо­рубку, добавляют воду и тщательно вымешивают (взбивают).

Для увеличения выхода готовых изделий, повышения их сочности, нежности большое значение имеет водосвязываю­щая способность рубленой массы. Добавление в измельченное мясо хлеба существенно влия­ет на структурно-механические свойства котлетной массы, так как хлеб является хорошим влагопоглощающим материалом.

Из котлетной массы с содержанием хлеба 25% массы мяса формуют котлеты, биточки, шницели. Из котлетной массы с несколько меньшим количеством хлеба (около 20% массы мяса) готовят тефтели, зразы рубленые, рулет, фрикадельки, кот­леты московские, киевские, бараньи, домашние.

***Рулет*** — на смоченную салфетку, марлю или полиэтиле­новую пленку выкладывают котлетную массу в виде прямоу­гольника толщиной 1,5—2 см, на середину его по длине поме­щают фарш. Массу соединяют с помощью салфетки так, чтобы один край ее слегка находил на другой, после чего скатывают рулет с салфетки на смазанный жиром противень, швом вниз. Поверхность рулета смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром, прокалывают в нескольких местах.

***Котлеты бараньи*** приготовляют из котлетного мяса с добавлением бараньего жира-сырца и репчатого лука. Панируют в сухарях.

**1.3. Классификация блюд.**

При производстве кулинарной продукции из мяса наиболее распространены такие способы тепловой обработки, как варка, жарка и тушение, а припускание и запекание применяют значительно реже.

В зависимости от способа тепловой обработки мясные блюда делят на отварные, жареные, тушеные и запеченные.

Доброкачественное мясо баранины покрыто тонкой корочкой бледно-розового или бледно-крас­ного цвета и в местах разрезов не прилипает к пальцам. При ощупывании его поверхности рука остается сухой, ямки от надавливания пальцев быстро исчезают.

Рис. 3. Классификация блюд из баранины.

***Блюда из* *баранины***

*запеченной*

*жареной*

*тушеной*

*отварной*

*рубленного*

*порционными кусками*

*крупными кусками*

*порционными кусками*

*мелкими кусками*

*рубленного*

*мелкими кусками*

*порционными паниро -ванными кусками*

*порционными нату - ра льными* кусками

*крупными кусками*

Для приготовления блюд мясо (сырое, вареное, жареное) всегда нарезается поперек волокон. Для варки желательно использовать мясо старых животных, для жаренья — молодых.

Мясо для вторых блюд варят в небольшом количестве воды (1,5 л на 1 кг мяса) с кореньями и репчатым луком. Его закладывают в горячую воду, дают закипеть, снимают пену, а затем добавляют коренья. Соль кладут в конце варки.

Чтобы куски отварного мяса остались сочными, их следует хранить в отваре, закрыв посуду крышкой.

При тушении мяса нельзя допускать бурного кипения жидкости, вызывающего потерю аромата и сильное выкипание. Только при медленном тушении можно получить блюдо со свойственными ему особенностями.

Если тушеное мясо готовят с овощами, то их закладывают, когда мясо станет мягче или в уже готовый соус, и тушат в течение короткого времени.

Мясо тушат с кореньями, репчатым луком, перцем, лавровым листом, зеленью петрушки, укропом. Можно использовать и другие пряности — корицу, гвоздику, тмин, майоран, а также сухое виноградное вино, квас, овощные и фруктовые маринады.

Во время тушения мяса стараться пореже поднимать крышку, чтобы не остужать блюдо. Прибавив в конце тушения при испарении жидкости не воду, а более плотную кислую жидкость — сметану, сок, уксус, виноградное вино в небольшом количестве, улучшается вкус и консистенция блюда.

При варке или жарке полностью удалять жир с мяса не рекомендуется, так как его тонкий слой не дает влаге выделяться, и мясо получается более сочным.

Если мясо перед жаркой обсушить на салфетке, то оно хорошо подрумянится.

Поджаривать мясо (отбивные, биточки) нужно в горячем жире, иначе не образуется хрустящая корочка, мясо теряет свои вкусовые качества. Но жир не должен быть перекален, так как на мясе быстро образуется корочка, оно может даже подгореть, а внутри останется сырым.

Из 1 кг мяса (мякоти) можно получить лишь 600 г вареного или 650 г жареного мяса.

**Глава 2. Приготовление блюд из баранины.**

**2.1. Блюда из отварной баранины.**

Для приготовления блюд из отварного мяса используют баранину, а также субпродукты. Мясо нарезают кусками массой 1,5—2 кг. Лопаточную часть и покромку сворачивают рулетом. У грудинки с внутренней стороны ребер подрезают пленки для облегчения удаления костей после варки.

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду (на I кгмяса 1—1,5 л воды) и варят без кипения (97—98°С) до готовности, которая определяется с помощью поварской иглы. Она должна легко входить в сварившееся мясо, а выделяющийся при этом сок должен быть бесцветным. С целью улучшения вкуса иаромата мяса в воду при варке кладут коренья и репчатый лук. Соль и специи добавляют в бульон за 15-20 мин до готовности мяса, лавровый лист — за 5 мин.

В среднем время варки составляет — 1-1,5 часа. Отварное мясо нарезают поперек волокон по 1—2 куска на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в бульоне до отпуска (но не более 3 ч) при температуре 50—60°С.

Если мясо нужно хранить более длительное время, то его после варки охлаждают, не вынимая из бульона, иначе поверхность сильно потемнеет и подсохнет.

**Баранина с овощами (айриштю).**

Баранину (лопатку) нарезают на куски (2—3 на порцию), заливают бульоном и варят. За 30 мин до окончания варки добав­ляют целый очищенный некрупный картофель, нарезанные дольками морковь, петрушку и репчатый лук, нарезанную крупными квадратами свежую капусту, кладут лавровый лист, рубленый чеснок и варят до готовности. Половину бульона выливают, готовят на нем белый соус и добавляют его к блюду. Отпускают баранину в порционных мисках. Иногда готовят айриштю в глиняных горшочках и в них же подают.

**Баранина отварная.**

Баранину (заднюю часть, грудинку, лопатку) обмыть, положить целым куском в кастрюлю и залить кипящей водой так, чтобы она только покрыла мясо; кастрюлю накрыть крышкой и поставить на слабый огонь. После закипания снять пену и варить при слабом кипении 1-1,5 часа. Через 30-40 минут после начала варки добавить очищенные и промытые овощи и соль.

Готовую баранину и овощи вынуть из бульона, баранину нарезать тонкими ломтиками, уложить на блюдо. На гарнир подать отварной картофель, нарезанные овощи. На бульоне, полученном при варке баранины, приготовить белый соус и полить им баранину перед подачей на стол.

*На 500 г баранины – 600 г картофеля, 1 репу, 2 головки лука, 2 моркови, по 1 ст. ложке муки и масла (для соуса).*

**Манты с бараниной.**

Мясо нарезать или нарубить кусочками величиной с кукурузное зерно. Лук и курдюк нарезать мелкими кубиками. Мясо, лук и курдюк смешать, добавить зиру, перец. В воде растворить соль и влить в фарш. Фарш вымешать.

Приготовить тесто: муку добавить в смесь воды, соли и яиц (общий объем воды и яиц должен быть 400 мл), перемешать, скатать тесто в шар, накрыть влажным полотенцем и дать отдохнуть полчаса. Тесто разделать на небольшие порции, скатать в колбаски и нарезать на кусочки, каж­дый раскатать и, уложив порцию фарша, слепить.

Мантоварку наполнить водой, включить на­грев, донышко каждого манта смочить растительным маслом и уложить на решетку мантовар-ки. Варить манты 30-40 мин. Подать со сметаной.

*На 4 порции: мякоть баранины 1 кг, лук репчатый 300 г, курдючный жир 250 г., холодная вода 1 стакан, соль по вкусу, зира по вкусу, молотый черный перец по вкусу*

*Для теста: мука 1 кг, вода 400 мл., яйца 4 шт.. соль 2 ч. ложки.*

**2.2. Блюда из жареной баранины***.*

Для приготовления жареных блюд используют баранину (все крупнокусковые полуфабрикаты, кроме котлетного мяса). Мясо жарят крупными (массой 1—2 кг), порционными (массой 40-270 г), мелкими (10—40 г) кусками.

Перед жаркой все части зачища­ют. Мякоть лопатки свертывают рулетом и перевязывают шпа­гатом. Окорока разделяют по слоям на две-три части.

При жарке крупных кусков на поверхности мяса корочка образуется раньше, чем изделие прожарится. Поэтому крупные куски мяса жарят при более умеренном нагреве. Укладывают мясо на противень так, чтобы расстояние между кусками было 4—5 см. Для образования корочки мясо вначале обжаривают на плите в открытой посуде с жиром, нагретым до 140°C, после этого дожаривают в жарочном шкафу при 175-200°С. Через каждые 10—15 мин мясо поливают жиром.

Можно жарить мясо сразу в жарочном шкафу. Для этого подготовленные полуфабрикаты раскладывают на противни и ставят в жарочный шкаф с температурой 250—275°С, жарят 15-20 минут до образования на поверхности румяной корочки, после чего нагрев уменьшают до 150—160°С и дожаривают мясо до готовности, периодически поливая выделившимся соком и жиром.

Степень прожаривания узнают по упругости мяса и цвету сока вытекающего при проколе поварской иглой: при полном прожаривании сок бесцветный, при средней степени прожаривания сок в верхних слоях мяса бесцветный, а во внутренних розовый; при слабом прожаривании сок темно-розовый.

Время обжаривания зависит от размера кусков, вида мяса и

степени прожаривания.

Жареные крупные куски мяса хранят на противнях при 50-60°С.

**Кебаб из баранины.**

Баранину нарезать небольшими кусочками, лук очистить и произвольно нарезать. Замарино­вать мясо и лук в смеси зиры, вина и уксуса. Выдержать 2 часа, измельчить в мясорубке. Курдюч­ный жир мелко нарезать, ввести в фарш. Фарш хорошо вымешать и выбить (попросту собрать фарш в шар и несколько раз «уронить» его на стол или влажную доску). Фарш сформовать в виде колбасок с одновременным надеванием на сорго или шампуры. Обжарить над углями.

*На 4 порции: мякоть баранины 500 г, лук репчатый 1 шт., белое вино 50 мл., курдючный жир 100 г., лимонное сорго 4 стебля, зира молотая 1 ч. ложка, уксус винный 1 ст. ложка.*

**Шашлык из баранины.**

Почечную часть баранины обмыть, зачистить, срезав сухожилия, сделать надрезы, чтобы во время жарения куски баранины не стягивало, и нарезать по одному куску (250 г) на порцию.

Подготовленные баранину сложить в посуду, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным репчатым луком и зеленью петрушки, сбрызнуть уксусом или лимонным соком и в таком виде оставить на 2-3 часа для маринования.

Перед жарением каждый кусок баранины надеть на металлический вертел и жарить над углями без пламени. Во время жарения вертел нужно повертывать, чтобы баранина равномерно прожарилась.

Готовый шашлык снять с вертела и подать целым куском вместе с почками, положив на тарелку кусочек лимона. Отдельно подать соус.

*На 500 г баранины - 1 головка репчатого лука, 100 г зеленого лука, 1 ст. ложка уксуса, 0,5 лимона.*

**Баранья ножка с пюре из нута.**

Нут замочить на 6-8 ч. варить в воде до готовности. Подбедерки посыпать солью и перцем, запанировать в муке и обжарить на оливковом масле, залить водой, добавить разрезанные по­полам луковицы, подпеченные на сухой сковороде. Довести мясо до готовности и на время отло­жить.

Бульон процедить и уварить до загустения с добавлением произвольно нарезанных поми­доров, соус протереть, добавить в него измельченный чеснок, шинкованные базилик и кинзу. В этом соусе прогреть мясо, соус опять слить, добавить в него холодное сливочное масло и пере­мешать. Нут откинуть, превратить в пюре и добавить в него обжаренный на оливковом масле мелко нарезанный лук с добавленной в конце жарки зирой. Мясо подавать с гарниром и соусом.

*На 4 порции: бараний подбедерок - 4 шт., оливковое масло - 4 ст. ложки,*

*базилик свежий - 1 пучок, кинза - 1 пучок. белый перец по вкусу.*

*Для гарнира: нут - 300 г., лук репчатый 2 шт., помидоры 3 шт., лук репчатый - 2 шт., мука для панировки, масло сливочное - 30 г., зира - 1 ч. ложка, чеснок - 4 зубчика. соль по вкусу, оливковое масло - 3 ст. ложки.*

**2.3. Блюда из тушеной баранины.**

В тех случаях, когда хотят размягчить куски мяса с более плотной и грубой соединительной тканью, применяют тушение. При тушении используют кислые соусы, томатное пюре, сухие вина, маринованные ягоды и плоды вместе с соком, квас.

В тушеном виде приготовляют лопаточную часть и грудинку баранины.

Мясо тушат крупными, порционными и мелкими кусками. Крупные куски для некоторых блюд перед тушением шпигуют кореньями, чесноком и шпиком.

Подготовленное мясо посыпают солью, перцем, укладывают на сковороду или противень и обжаривают на плите или вжарочном шкафу до образования на поверхности поджаристой корочки. Входящие в состав соуса овощи (морковь, лук, белыекоренья) обжаривают отдельно или вместе с мясом. В последнемднем случае их добавляют к мясу после того, как оно слегка поджарится.

Обжаренное мясо и овощи заливают водой или бульоном так, чтобы порционные и мелкие куски были покрыты полностью, а крупные — наполовину. Для улучшения вкуса и аромата вводят перец горошком, лавровый лист, иногда — гвоздику, кориандр, тмин и др. Пряности, зелень петрушки

и сельдерея, связанную в пучки, добавляют за 15—20 минут до окончания тушения, лавровый лист — за 5 мин. Часто в процессе тушения мяса вводят пассированное томатное пюре.

Тушат мясо при слабом кипении в посуде с закрытой крышкой. Крупные куски мяса в процессе тушения несколько раз переворачивают.

Оставшийся после тушения бульон с овощами используют длля приготовления соуса.

Мясо баранины тушат вместе с гарниром и с ним отпускают. При таком способе приготовления блюдо получается более ароматным и сочным. Особенно вкусно мясо, приготовленное в горшочках с плотно закрывающимися крышками. Мясо также тушат без гарнира, гарнир приготовляют отдельно.

Баранину, тушеную крупными кусками, тушат кусками массой не более 2 кг. Время тушения — 1,5—2 ч. Готовое нарезают поперек волокон по 1—2 куска на порцию, заливают соусом, доводят до кипения. Иногда мясо, тушенное крупным куском, по достижении мягкости вынимают из бульона, подсушивают на воздухе кладут на противень и ставят на 10 мин в жарочный шкаф с температурой 300 °С для образования корочки. Затем нарезают, и прогревают в соусе.

**Чанахи из баранины.**

Баранину промыть и нарезать небольшими кусками, уложить в гусятницу или большой горшок. Сверху положить очищенный и нарезанный дольками картофель. Поместить в духовку, предварительно разогретую до 180 °С на 25 – 30 минут, накрыв при этом крышкой. Затем, вынув гусятницу из духовки, уложить поверх картофеля слоями нарезанный лук, крупно нарезанные баклажаны, чеснок, дольки помидоров. Каждый слой посыпать смесью шинкованных кинзы, базилика и жгучего перца. Залить томатным соком и вернуть в духовку, неплотно (частично) закрыв крышкой, на полтора часа при температуре 160 °С. При подаче посыпать шинкованной зеленью.

*На 4 порции: баранина (грудинка) – 600 г., баклажаны – 300 г., картофель 4 шт., лук репчатый – 1 шт., сладкий перец – 2 шт., чеснок – 6 зубчиков, помидоры – 3 шт., томатный сок или протертые томаты – 300 мл., кинза – 1 пучок, базилик 1 пучок, жгучий перец по вкусу.*

**Плов.**

Нут замочить и отварить. Рис тщательно промыть холодной водой. Морковь очистить и нарезать соломкой. Лук очистить и нарезать полукольцами. Баранину и курдюк — кубиками с гранью примерно в 2 см.

Приготовить зирвак: разогреть казан или толстостенную кастрюлю, положить курдюк и вытопить его, шкварки удалить. В разогретый курдючный жир положить лук и жарить его до золотистого цвета, затем добавить мясо и обжаривать 10-15 мин, затем добавить морковь и жарить еще 10 мин при помешивании. Затем добавить часть зиры, налить горячей воды так, чтобы она покрывала мясо на 1.5 см и уложить неочищенные головки чеснока и целый жгучий перец. Довести до кипения и тушить 40 мин.

Посолить, увеличить огонь до максимума, всыпать обсушенный рис и нут, при необходимости добавить кипяток так, чтобы рис был покрыт жидкостью высотой 1-1.5 см. Довести до кипения, затем нагрев уменьшить до среднего и готовить до полного впитывания рисом влаги. После чего на рис высыпать оставшуюся зиру накрыть крышкой, уменьшить нагрев до самого минимума и томить 20 мин. Поготовности удалить чеснок и перец, плов перемешать, выложить на блюдо и сверху расположить чеснок и перец.

*На 4 порции: баранина (мякоть) – 500 г., курдючный жир – 150 г., рис круглозерный – 500 г., нут – Ѕ стакана, морковь – 500 г., лук репчатый – 2 головки, чеснок 2 головки, жгучий перец свежий по вкусу, зира по вкусу, соль по вкусу.*

**Долма**

Баранину пропустить через мясорубку, добавить охлажденный сваренный рис, мелко нарезанные лук и зелень, а также перец и соль.

Молодые виноградные листья вымыть, удалить жесткую стебельную часть, разложить листья на столе (по 1-2 листа), положить на них фарш и завернуть листья в виде обычных голубцов. Посолить их и уложить в невысокую кастрюлю плотными рядами, полить маслом, добавить 1 ст. бульона из бараньих костей, накрыть кастрюлю крышкой и тушить голубцы на слабом огне около 1 часа.

Перед подачей на стол долму переложить на блюдо. Отдельно подать простоквашу с тертым чесноком и солью и молотую корицу, смешанную с сахарной пудрой.

*На 500 гр. баранины (мякоть) – 0,5 ст. риса, 1 головка репчатого лука, 400 гр. виноградных листьев, 1 ст.л. масла, соль и перец по вкусу.*

**Бараньи почки.**

Бараньи почки не обладают таким сильным запахом, как говяжьи или сви­ные. Бараньи почки можно приготовить достаточно быстро. Почки очистить от пленок, разрезать вдоль пополам и удалить протоки, еще раз разрезать пополам поперек и обдать кипятком. Обсушить, запанировать в муке, смешанной с мелкой солью и молотым белым перцем, быстро обжарить на смеси сливочного и растительного масел.

Отдельно обжарить нарезанный полукольцами репчатый лук, добавить к нему нарезанные ломтиками грибы, жарить еще 5 мин. положить томат-пасту и все вместе обжарить еще не­сколько минут. Соединить лук с томатом и шампиньоны с бульоном, довести до кипения и варить 10 мин, добавить горчицу, перемешать и довести до кипения. В получившийся соус по­ложить почки, все вместе довести до кипения и подать.

*На 4* *порции:* *бараньи почки 8-12 шт., томатная паста - 2 ст, ложки, сливочное масло - 1 ст. ложка, шампиньоны - 150 г., говяжий или куриный бульон - 150 мл., соль по вкусу, лук репчатый - 1 шт., мука - 3 ст. ложки, готовая горчица - 2 ст. ложки, растительное масло - 2 ст. ложки, молотый белый перец по вкусу.*

**2.4. Блюда из запеченного мяса.**

Для запекания баранину предварительно варят, припускают, тушат или обжаривают до полной готовности, а затем запекают с гарниром, соусом или без него на порционных сковородах или противнях при температуре 220—280°С. Продолжительность запекания в сковородах 10—30 мин при температуре 220—250°С, на противнях — около часа при темпе­ратуре 250—280°С. Готовность запеченного блюда определяют по образованию на поверхности изделий поджаристой короч­ки, чему способствует смазывание поверхности сметаной или посыпание ее тертым сыром, сухарями. Температура в центре изделий должна быть не ниже 80 °С.

Запекают блюда непосредственно перед отпуском. Хранить их нежелательно, так как ухудшаются органолептические по­казатели.

**Баранина на ребрышках запеченная.**

Смешать сушеную зелень петрушки, черный молотый перец и соль. Мясо промыть и очистить от пленок. Натереть каждый кусок мяса получившийся смесью. Помидоры вымыть и разрезать на половинки. Выложить помидоры и мясо на противень и запекать в течение 10 минут.

Приготовить соус. Лук нашинковать. Вылить на сковороду растительное масло и обжарить на нем лук. Выложить на сковороду джем, вылить соевый соус и винный уксус, добавить 2 столовые ложки воды и соль. Все перемешать и довести смесь до кипения. Перед подачей на стол полить мясо и помидоры соусом. Украсить дольками лимона.

*Ингредиенты: 8 кусков баранины на ребрышках, 2 помидора, 1 луковица, ј стакана джема из красной смородины, 1 ст. ложка красного винного уксуса, 1 ч. ложка соевого соуса, 1 ч. ложка растительного масла, 1 ч. ложка сушеной зелени петрушки, черный молотый перец, соль.*

**Котлеты натуральные, запеченные в соусе.**

Полуфабри­каты натуральных котлет с косточкой из баранины слегка отбивают, посыпают солью и перцем, обжаривают. Затем их надрезают поперек в нескольких мес­тах, в разрезы кладут вареные белые грибы или припущен­ные шампиньоны, нарезанные ломтиками. На порционную ско­вороду, смазанную жиром, подливают немного молочного со­уса, кладут подготовленные котлеты, после чего заливают тем же соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу.

Подают в той же сковороде. От­дельно подают гарнир — зеленый горошек, картофель жаре­ный (из сырого или вареного), сложный гарнир и соус — крас­ный с вином или красный основной.

**Глава 3. Оформление и подача блюд из баранины.**

При изготовлении блюд необходимо учитывать то, что пища должна быть не только вкусная и питательная, но и красиво оформленная, чтобы потребление ее вызывало истинное наслаждение. При оформлении блюд, помимо общих технологических правил, многое зависит от художественного вкуса мастера, от его изобретательности и умения правильно использовать особенности данного вида сырья.

Для оформления блюда обычно отбирают продукты, входящие в его состав, нарезают их в виде различных фигурок, которые располагают сверху блюда, придавая ему красивый вид.

Возможности для подбора компонентов огромны как по отношению продуктов, так и по отношению способа приготовления — варка, жарение, тушение.

Охлажденное отварное мясо нарезают на куски и прогревают в бульоне перед подачей. На гарнир отварную баранину рекомендуется лучше всего подавать, с припущенным рисом и овощами.

Отварную баранину отпускают с соусом белым с яйцом, сметанным с хреном.

Жареную баранину перед отпуском нарезают поперек волокон по — 1-2 куска, поливают жиром и подливают мясной сок (сочок).

Гарнир к жареной баранине – рис припущенный, гречневая каша, отварной и жареный картофель, отварная фасольв томатном соусе. Подавать баранину можно не только с мясным соком, но и молочным соусом с луком.

Тушеную баранину, нарезают поперек волокон по 1—2 куска на порцию, заливают соусом, доводят до кипения. Подают с отварными макаронами, рассыпчатыми кашами, картофельным пюре. Иногда мясо, тушенное крупным куском, по достижении мягкости вынимают из бульона, подсушивают на воздухе кладут на противень и ставят на 10 мин в жарочный шкаф для образования корочки. Затем нарезают, прогревают в соусе и отпускают.

Блюда из запеченной баранины отпускают в посуде, в которой изделие запекалось (порционная сковорода), или после порционирования, если из­делие запекалось на противне. Отпускают по 1-2 куска на порцию.

Основным требованием является разнообразие. Продукты должны быть комбинированы так, чтобы содержать всего понемногу.

Вторым требованием является подготовка блюда таким образом, чтобы из продуктов, предварительно устранялись кости, кожа, пленки, семена, косточки. Затем продукты разрезаются кусочками, удобными для приема.

Таким образом, при оформлении и подаче блюд необходимо соблюдать следующие правила:

* Прежде всего, всё должно быть разложено очень аккуратно.
* Продукты не должны выступать за края тарелки, а уж тем более свисать с неё.
* Варёное мясо нарезают несколько толще.
* Холодные блюда перед подачей на стол – остужаются, а горячие – подогреваются.

**Глава 4. Требования к качеству.**

Мясо относится к быстропортящимся продуктам. Однако человечеству удалось научиться обрабатывать мясо так, чтобы оно сохранялось свежим очень долго. В мясном производстве применяются термический и химический методы обработки мяса.

В летнее время мясо без холодильника можно сохранить 1-2 дня свежим, если завернуть его в марлю, смоченную уксусом, и оставить в прохладном месте.

Можно мясо натереть лимонным соком и оставить в холодном месте.

Кости и мясо с костями даже в холодильнике долго не сохраняются.

Мясо, предназначенное для хранения, нельзя мыть, иначе оно быстро испортится.

Лучше всего мясо размораживать медленно, на воздухе, а не в воде.

Размораживать мясо надо так, чтобы терялось как можно меньше мясного сока.

Общими для всех блюд являются следующие показатели качества. Мясо должно быть мягким, сочным, умеренно соленым, свойственное данному виду вкуса и запаха; изделия - без нарушения формы. Не допускаются посторонний вкус и запах несвежего мяса, нарушение формы, розовый цвет на разрезе сухожилия и грубая соединительная ткань.

Порционные куски отварного, тушеного и жаренного крупными кусками мяса должны быть нарезаны ломтиками поперек волокон. Цвет отварного мяса баранины — от серого до темно-серого. Не допускается темный, заветренный цвет.

Поверхность мяса, жаренного порционными и крупными кусками, должна быть покрытаравномерно обжаренной ко­рочкой.

У порционных панированных изделий должна быть корочка от светло-коричневой до коричневой. Не допускаются темно коричневый цвет, отставшая (отмокшая) панировка, кислый вкус от панировки.

Цвет мяса, тушенного мелкими кусками, должен быть от светло - коричневого до коричневого; у готового рагу кости легко отделяются. Не допускаются мясо подгоревшее, кислый вкус от сoyca.

Поверхность изделий из рубленого мяса должна быть коричневой, равномерно обжаренной, без трещин. Консистенция — сочная, мягкая, однородная; вкус — жареного мяса, изделий из котлетной массы — без привкуса хлеба. Не допускаются цвет от темно-коричневого до черного (пригоревшего), мазеобразная консистенция, кисловатый вкус, запах и вкус прогорклого жира.

Блюда из субпродуктов должны иметь типичные для данного вида свежие запахи и приятный вкус.

Отклонения массы отдельных изделий ±3%, общая же масса 10 порций должна соответствовать норме.

Содержание сухих веществ в изделиях из котлетной масcы не менее 35%, количество хлеба (без учета панировки) — не более 18, соли — 1,5 - 2,5%, кислотность — не более 3°Т.

Отварные мясные продукты хранят с небольшим количеством бульона в посуде с закрытой крышкой, при температуре 50—60°С, не более 3 ч. Для более длительного хранения охлаждают и хранят в холодильнике не более 12 ч.

Мясные блюда, жаренные крупными кусками, хранят около 3 ч в горячем состоянии. Для более длительного хранения их охлаждают и хранят в холодильнике до 24 ч.

Натуральные порционные мелкие куски мяса перед отпуском подвергают тепловой обработке. Панированные порционные блюда хранят не более 30 мин.

Блюда из натуральной рубленой и котлетной массы лучше жарить перед отпуском, разрешается хранить их не более 30 мин.

Тушеные и запеченные блюда хранят не более 2 ч.

**Заключение.**

Таким образом, можно сделать вывод, что ассортимент блюд из баранины достаточно широк и разнообразен. Для доведения мяса до состояния кулинарной готовности применяют различные способы тепловой кулинарной обработки. При производстве блюд из баранины наиболее распространены такие способы тепловой обработки, как варка, жарка, тушение и запекание.

В зависимости от способа тепловой обработки блюда из баранины делят на отварные, жареные, тушеные и запеченные.

Из зачищенных кусков мяса приготавливают полуфабрикаты для тепловой обработки. Полуфабрикаты подразделяют в зависимости от размеров, формы и технологической обработки на следующие группы: крупнокусковые, порционные, мелкокусковые и рубленные.

При составлении гарниров нужно подбирать продукты, различные по цвету и вкусу. Не следует соединять картофель с крупами, кукурузой; зеленый горошек – со стручками фасоли или лопаточками горошка и т.д.

Для гарнира к баранине используют рис припущенный, гречневую кашу, отварной и жареный картофель, картофельное пюре, отварную фасоль в томатном соусе. Подавать баранину можно не только с мясным соком, но и молочным соусом с луком.

Баранина является одним из наиболее ценных пищевых продуктов. Прежде всего оно содержит значительное количество белков – 15,6 - 19,8%. Большая часть этих белков полноценна.

**Список литературы.**

1. Г.Г. Дубцов «Технология приготовления пищи». М.: «Академа». 2002г.
2. Н.И. Ковалев, М.Н. Куткина, В.А. Кравцова «Технология приготовления пищи». М.: «Деловая литература, Омега – Л». 2003 г.
3. И. Лазерсон «Рецепты приготовления мясных блюд». М.- С-П.: «Центрполиграф, МиМ-Дельта». 2007 г.

4. Н.А. Анфимова, Л.Л. Татарская «Кулинария – повар, кондитер»,

(учебник). М.: «Академия». 2006 г.

1. «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания». М.: Хлебпродинформ. 1996 г., 2001 г.
2. «Лабораторно – практические занятия для поваров». Ростов – на – Дону, Феникс, 2001 г.
3. Радченко Л.А. «Организация производства на предприятиях

общественного питания». Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2000.

(Серия учебники XXI века).