Реферат

Курсовая работа 42 с., 2 рис., 6 табл., 17 источников

Особенности технологии и ассортимент блюд японской кухни

Общественное питание, японская кухня, химический состав, пищевая ценность, ассортимент, рецептура, технология приготовления, контроль качества, техническая документация

Актуальность: перспективы развития здорового питания

Объект исследования: блюда японской кухни.

Цель работы: изучение особенностей технологии и ассортимента блюд японской кухни

Эффективность: приобретение практических навыков владения методикой разработки технологии приготовления блюд японской кухни.

Содержание

Введение

1 История развития японской кухни, ее особенности. Характеристика блюд

2 Пищевая и биологическая ценность основных продуктов, используемых для приготовления блюд японской кухни

3 Классификация и ассортимент блюд (со сводной таблицей рецептур). Особенности приготовления, оформления и правила подачи

4 Технологический процесс производства продукции, технологические и аппаратно-технологические схемы

5 Физико-химические процессы, происходящие с пищевыми веществами при производстве продукции

6 Контроль качества продукции

7 Разработка технической документации (ТК, ТТК) на ассортимент продукции

Заключение

Список использованных источников

Введение

В связи с активным внедрением рыночных отношений в экономику России, особое значение приобрело развитие таких сфер деятельности, которые позволяют осуществить быстрое накопление капитала. Общественное питание - одна из немногих отраслей, которая позволяет получить законченный производственный цикл при невысокой стоимости основных фондов.

Мода на японскую кухню стремительно распространяется по миру. Не стала исключением и Россия - с каждым годом здесь открываются все новые и новые рестораны японской кухни, привлекающие посетителей обилием изысканных и низкокалорийных блюд.

Сегодня, когда культура здорового образа жизни завоевывает сознание людей, японская кухня приобретает все больше почитателей, поскольку ассоциируется с понятием правильного питания. Основным преимуществом японской кухни является сохранение полезных свойств продуктов, из которых готовится еда.

Именно свежесть используемых ингредиентов отличает японскую кухню от всех прочих. Вторая наиболее яркая отличительная особенность - стремление максимально сохранить первозданный вид продуктов - так, чтобы рыба, креветки, овощи и другие ингредиенты, используемые для приготовления блюд, имели узнаваемый внешний вид.

Нужно отметить, что блюда японской кухни богаты витаминами и минералами. Более того, калорийность этих лакомств значительно ниже, чем у любого, даже самого нежного птичьего мяса. По всеобщему признанию диетологов блюда японской кухни являются самыми полезными для человека. В борьбе с лишними килограммами или модой поститься люди пересмотрели множество продуктов и кулинарных рецептов, но более низкокалорийной и здоровой еды так и не нашли.

Специалисты в области диетологии считают блюда японской кухни хорошо сбалансированной, здоровой пищей, так как в них содержится много питательных веществ, в том числе минералы и витамины, которые, как правило, частично теряются в процессе кулинарной обработки.

Положительный настрой потребителей к японской кухне прогнозируют явный успех этому направлению, поэтому написание данной работы является актуальным.

Целью написания курсовой работы является закрепление теоретических знаний по технологии продукции общественного питания и приобретение практических навыков владения методикой разработки технологии приготовления блюд японской кухни.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

- изучить историю развития японской кухни, ее особенности, дать характеристику блюд японской кухни

- исследовать пищевую и биологическую ценность основных продуктов, используемых для приготовления блюд японской кухни;

- рассмотреть классификацию и ассортимент блюд японской кухни, привести сводные таблицы рецептур данных блюд;

- выявить особенности приготовления, оформления и правила подачи блюд японской кухни;

- изучить технологический процесс производства продукции, составить технологические и аппаратно-технологические схемы производства блюд японской кухни:

- определить физико-химические процессы, происходящие с пищевыми веществами при производстве продукции японской кухни;

- выяснить методы контроля за качеством продукции;

- разработать техническую документацию (ТК, ТТК) на ассортимент продукции японской кухни.

При написании работы были использованы труды авторов, занимающихся исследованиями в области технологии продукции общественного питания, а также нормативная, справочная и методическая литература по общественному питанию.

1 История развития японской кухни, ее особенности. Характеристика блюд

Волнующий и необычный для европейца мир японской кулинарии имеет многовековую историю, свои традиции и обычаи. Поэтому прежде чем говорить о любимых японцами продуктах, блюдах и этикете необходимо рассмотреть историю японской кухни, уходящей своими корнями в глубь веков.

На кухню любой страны оказывают влияние многие особенности формирования нации, начиная с её зарождения и развития и вплоть до наших дней.

Датой рождения японской кухни считается момент, когда японцы стали возделывать рис. По легенде, он был принесен в Японию в посохе из тростника божеством риса Инарисама. Случилось это 2500 лет назад. Рис был всем: пищей и деньгами. Вожди племен хранили его в специальных амбарах - окура. Сейчас в Японии Министерство финансов называется Окурасё, то есть министерство амбаров [17].

Археологические находки показали, что первые блюда предки современных японцев приготовили на костре еще за 10-5 тыс. лет до н.э., в так называемый период Дзёмон. Древние японцы пришли на острова (теперешние острова) по тонкому перешейку и изначально также питались мясом, как и все остальные древние люди, но учитывая особенности островов (и бедность дичью как следствие) и близость моря переселенцам пришлось перейти на морские продукты - рыбу, водоросли, моллюсков и других обитателей. Такая кухня оказала своё влияние на продолжительность жизни - сейчас японская нация считается одной из наций долгожителей. От предков японцы переняли привычку есть рыбу (да и других морских жителей) в сыром виде - именно сырая рыба входит в состав таких традиционных кушаний, как суши или сашими. Казалось бы, при поедании сырых продуктов существует возможность подхватить что-нибудь нежелательное, но и это мудрые предки предусмотрели - те же суши и сашими едят, приправляя пищу васаби - острым японским хреном. Васаби настолько остёр, что даже маленькой частички хватает, чтобы надолго ощущать жжение на языке и нёбе [17].

Древние японцы умели коптить мясо, хранить пищу в природных холодильниках (глубокие до 3 метров ямы), а также использовать соль как консервант. Археологи были поражены тем, насколько хорошо жители японских островов знали свойства употребляемых в пищу продуктов. К примеру, во время раскопок ученые выяснили, что еще за несколько тысячелетий до нашей эры человек ел ядовитую рыбу фугу (собака-рыба), видимо, зная, что яд содержится в ее печени и икре.

В VI-VIII вв. н.э. огромное влияние на Японскую кухню оказал Китай, откуда в огромных количествах импортировалась соя и зеленый чай. Китайская кухня более изощренная, чем японская, строилась на принципах буддизма, в основе которого уважение к любой форме жизни. Поэтому мясо практически не использовалось, так как мясоедение считалось тяжелейшим оскорблением животной жизни. Этой философией пронизано все традиционное меню японцев вплоть до IX века, пока у власти была династия Тан. Также из Китая пришла в Японию лапша, которая бывает трех видов: «удон» - плоская или круглая лапша из пшеничной муки, «соба» - лапша из гречневой муки и «рамэн» - лапша, приготовленная в мясном или овощном бульоне [16].

Позднее в ханьскую эпоху начался золотой век Японии, когда на протяжении 400 лет активно развивалась культура, наука и искусство. Это коснулось и кухни. Так, был разработан специальный этикет поведения за столом, и, хотя сама еда пока еще оставалась смешанной, в оформлении блюд и сервировке стола уже появилась эстетическое начало. Позже, во времена самураев, поведение за столом, манера еды стали настоящим искусством, детально проработанной церемонией. Общение с европейцами, которых японцы считали варварами, привело к значительному увеличению разнообразия блюд из мяса, хотя, если верить некоторым дошедшим до наших времен литературным источникам, запах свинины и говядины мог вызывать у некоторых японцев обморок. Но именно тогда японцы и придумали агемоно и «Небесное яство» - темпуру, образцом для которой послужили португальские жареные блюда. Однако в отличие от португальских жарких, темпуру почти без масла и зажарены не до конца, что придает блюду типично японскую изысканность, легкость и нежность [16].

Сегодня японская кухня получила широчайшее распространение и пользуется огромной популярностью по всему свету. Эта популярность во многом объясняется поистине философским отношением японцев к пище в целом - продукты должны быть здоровыми. Поэтому с абсолютной уверенностью можно сказать, что долголетие японской нации напрямую связано с тем, что они едят.

Сейчас японцы умудряются гармонично сочетать свою традиционную кухню с любовью ко всему новому - к иностранным кухням, соответственно, тоже - им нравится пробовать новые неизвестные блюда, а понравившиеся японцы переделывают на свой лад и продолжают употреблять их в таком виде. Традиционная русская кухня японцам кажется чрезмерно жирной и наваристой, чему, впрочем, есть свои объяснения.

В настоящее время японская кухня признана одной из самых здоровых кухонь мира. В частности, особой популярностью за рубежом (в смысле, за пределами Японии) пользуются суши - маленькие «колбаски» из риса и рыба, а также многих других ингредиентов. Суши - это простой выход из ситуации, когда хочется поесть быстро и сытно. Быстрота обеспечивается тем, что суши не нужно подогревать (собственно, это правило касается практически всех блюд японской кухни, которые японцы берут с собой в качестве бэнто - ланча/обеда) и они представляют собой маленькие кусочки на один укус.

Сытность же обеспечивает баланс продуктов в суши - тут и рыба, и рис, и овощи, и разные морепродукты.

Ещё одной особенностью японской кухни, а точнее всей японской культуры, является употребление пищи не привычными вилками- ложками, а палочками - хаси. Японцы управляются с ними чрезвычайно ловко и учат обращаться с хаси детишек совершенно малого возраста, что сказывается на их умственых способностях. В частности, хаси способствуют развитию мелкой моторики рук и, следовательно, всему развитию малыша. В последнее время в японской кухне, на которую стала оказывать влияние западноевропейская цивилизация, заметны значительные изменения. Особенно слияние японского и западноевропейского отмечается в домашней кухне, где кроме традиционных суши появились такие новые блюда, как сукияки (мясо жаренное с соевым соусом, сахаром и приправами) и тонкацу (свиные котлеты). Несколько слов о двух талантливых кулинарах 20 века, оказавших большое влияние на формирование современной японской кухни [17].

Первый - это Китадзи Родзандзин, его деятельность приходится на период с 1920 по 1950 гг., он объединил культуру приема пищи с традиционным стилем обслуживания: звучит музыка, гостям подают суши и другие японские блюда, одетые в кимоно милые японки. Китадзи Родзандзин изучал взаимосвязь вкусовых качеств продуктов с понятием красоты, и даже сам занимался изготовлением предметов столовой посуды [17]. Второй кулинар Юки Тэйити - создатель ресторана «Киттё». Деятельность его проходила в 30-ые - 90-ые года 20 века. Он в ингредиенты японской еды внес европейские элементы, кропотливо добивался внешнего совершенства блюд, использовал идеи древнего искусства в посуде. Это было и новое толкование трапезы «кайсэки», и модернизация японской кухни. Нельзя рассказать о современном этапе японской кухни, не упомянув имени Юки Тэйити [17].

Таким образом, японская кухня разительно отличается от любой другой кухни мира. Для жителей азиатских стран она то же самое, что французская для европейцев. Ее секрет кроется в тщательном подборе продуктов, красоте подачи, а также в отношении к продукту в целом. Лишь лучшие дары земли и воды достойны чести оказаться на столе, а главная задача повара - сохранить их первоначальные свойства. Основное правило японской кулинарии не сотвори, а найди и открой. Ведь никто не сможет соперничать с тем, что создано самой природой. Любое же излишество в отношении к естеству продукта сродни варварству.

Многие слышали о блюде, которое по праву считается жемчужиной японской кулинарии - мраморное мясо кобугю, приготовленное на глазах клиента на столе-жаровне тэппаняки, стоящим рядом с обеденным столом. Мясо настолько нежно на вкус, что буквально тает во рту. Секрет блюда не в способе приготовления, а в качестве мяса. Животноводы Кобэ пасут бычков на чистейших лугах, кормят отборным кормом, поят родниковой водой, а также пивом и каждый день делают электромассаж. Чтобы бычки не переутомились, их подвешивают в люльки и дают послушать хорошую музыку. В результате мясо получает красивый замысловатый мраморный узор из прожилок.

Из китайской кулинарии японской кухней заимствованы блюда из фасоли и сои. Особо популярны тофу - бобовый сыр, состоящий в основном из соевого белка и напоминающий по виду творог, и соево-бобовый соус сэю, который японцы употребляют со всем, что попадает на стол. Тофу появился в стране в VIII в. Видимо, его привезли из Китая буддийские монахи. Вначале он был лишь ритуальной пищей в монастырях и только в XV в. стал неотъемлемой частью национальной кухни, важным источником потребления растительного белка. Сейчас, когда люди обращаются к здоровому образу жизни, тофу завоевывает все больше и больше приверженцев на Западе.

Сэю делается из смеси перебродивших бобов сои и зерен пшеницы, причем процесс ферментации занимает около двух лет.

Обязательной частью японской пищи являются овощи. Они присутствуют в блюде не только во всех возможных видах, цветовых и вкусовых вариантах, но и из эстетических соображений. Используются несколько видов лука, от золотистого круглого таманоги, до белого узкого и длинного лука хосонеги, морковь, огурцы, капуста, салат, хрен васаби, бамбук, лотос, бататимногие другие. Существует также много видов редиски и редьки (например, белый редис дайкон), которые придают блюдам пикантный вкус и желаемое разноцветие. Широко используются в качестве приправы, а также для приготовления супов и других блюд соленые и квашеные овощи - квашеная редька, маринованный чеснок и соленые огурцы.

Важная черта японской кухни - соответствие блюд конкретной ситуации. Японские повара всегда учитывают тип пищи, время года и даже возраст гостей. Зимой порции больше, летом меньше. Для молодежи они больше, чем для пожилых. На севере Японии едят больше, чем на жарком юге. Продукты стараются использовать в то время года, когда они особенно вкусны [16].

Нежные хрустящие ростки бамбука добавляют в блюда весной, корень лотоса - весной и осенью. В летнюю жару японцы едят легкие овощные супы или жареного угря, холодную лапшу в обрамлении свежих листочков периллы. Их часто подают в прозрачной стеклянной посуде. Осенью на столе появляется хурма, а блюда украшают морковью, вырезанной и форме кленовых листьев. Поэтому на японском столе неизменно присутствует цветовая гармония.

Японская кухня вообще славится своими рецептами - японские блюда, особенно классические, приготавливаются из продуктов, которые подвергаются минимальной тепловой обработке. Японцы стремятся приготовить блюда так, что бы продукты по вкусу не были похожи сами на себя, т.е. рыба по вкусу напоминает куриное мясо. Конечно, с течением времени японцы стали тушить, жарить и запекать пищу - в особенности, мясо, которое со снятием «железного занавеса» постепенно превратилось из удела избранных в повседневную пищу практически каждого японца.

У японцев много различных супов, но самый традиционный — суп-мисо. Это суп из пасты мисо (которая изготовляется из вареных, размятых и перебродивших соевых бобов с добавлением соли и солода). Такие супы в каждом регионе готовят по-своему. Помимо этого японцы широко употребляют овощи и травы (картофель, морковь, капусту, хрен, укроп, сельдерей, петрушку, помидоры, лук, яблоки, дайкон — японскиий сорт редиса), рыбу, мясо акул, морскую капусту, мясо курицы, кальмаров, крабов и прочие морепродукты [15].

По историческим меркам лапша появилась в Японии не так уж и давно — всего несколько столетий, но стала любимейшим блюдом японцев, уступая лишь рису. Для приготовления лапши в Японии используют: цельное зерно, предварительно очищенное, а затем смешанное с витаминами и минеральными веществами, один вид зерновых, их смеси, а также добавки овощей или трав. Ее готовят с солью, но без яиц. Качество лапши зависит от состава муки, времени приготовления, соотношения муки, соли и воды. Все многообразие видов лапши приготавливается из гречишной или пшеничной муки. Лапша из гречишной муки называется соба. Ее японцы едет уже более 400 лет. Удон — лапша из пшеничной муки — толстая кремоватого цвета, по виду напоминает спагетти. Наиболее качественная делается из пшеничной муки высших сортов. Обычно ее едят с бульоном или с острыми соусами. Но удон вкусна и в жареном виде, с томатом или с белым соусом из моллюсков, в салатах. Разновидностью лапши из пшеничной муки является сомэн — тонкая, легкая, приготовленная из клейкой, неотбеленной муки с добавлением небольшого количества соли. Это — единственный вид лапши, из которой готовят ритуальную пишу. Очень популярна у японцев тонкая желтоватого цвета лапша, используемая для супов и салатов — рамэн. Это — японское название древней китайской лапши. При том, что японцы едят много риса, лапши из рисовой муки — немного. Называется она бифун и готовится с добавлением (10 %) картофельного крахмала. Есть еще лапша из бобового крахмала — сайфун. Эти виды используются в салатах и прозрачных супах. Приготовление блюд из японской лапши имеет некоторую специфику. Поскольку она солоноватая, то воду для варки уже не солят. Лапшу варяг в большом количестве воды, опуская небольшими порциями, чтобы вода не переставала кипеть. Когда вся лапша уже заложена, доливают один стакан холодной воды; после закипания — еще один. Так повторяют 3-4 раза, пока лапша не сварится. Затем обязательно ее следует откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой.

Большинство японских национальных блюд обязательно подают с различными острыми приправами. Существует много видов приправ, но основные готовят из редьки, редиса и зелени. Широко используются в качестве приправы, а также для изготовления супов и других блюд соленые и квашеные овощи, квашеная редька, маринованный чеснок, соленые огурцы.

Соусы готовят из различных продуктов, в числе которых соя и сахарная пудра. Остро-сладкий соус используется для приготовления многих национальных блюд. Например, свежую рыбу или мясо сначала вымачивают в нем, а затем слегка обжаривают.- С этим соусом подают и различные овощи. Наиболее распространенный в Японии соус сёю — жидкий соевый, темно-коричневый, остро-соленый, со специфическим ароматом. Его употребляют в «чистом» виде, а также смешивают с тертой редькой, нашинкованным луком и т. д. Иногда его могут наливать на сюсёку. Но чаще лапшу, а также кусочки блюда-закуски, прежде чем отправить в рот, обмакивают в соус. Для ряда блюд готовятся другие соусы, более густые, кисло-сладкие, для мясных блюд иногда соусом служит лимонный сок или яичный желток. Соусы используют и в процессе приготовления пищи — их подливают на сковороду, в них макают или ими обливают продукты при жарке на вертеле и т. д.

Что такое приготовленные сладости, японцы впервые узнали только в конце VШ веке, когда на столах придворных аристократов появились китайские кондитерские изделия, сделанные из смеси клейкого риса и пшеничной муки [16].

Это было поистине открытие, потому что до того сладостями они считали фрукты, свежие (персики, груши) и сушеные (хурма, каштаны). Традиция приготовления собственно японских сладостей начинается с ХII-ХIII веков, когда японцы научились готовить пасту из красных бобов и сладкого картофеля. Новый импульс этой странице японской кулинарии придало начало довольно широкого производства сахара во второй половине XVII века, что позволило разнообразить ассортимент сладостей.

Практически все традиционные сладости приготавливаются из рисового или бобового теста, сахара, растительного масла, некоторых зерново-овощных культур, а также разновидности желатина (агар-агара). С помощью агар-агара готовят самые разнообразные японские мармелады, а также популярные сладкие блюда типа компота, например, желатиновые кубики в сладком бобовом сиропе или желе, приготовленное из мякоти мандарина и залитое в корзиночку, вырезанную из его кожуры.

Как и пища, напитки в Японии также своеобразны, и их употребление подчиняется определённым правилам. Основным напитком Японии является, конечно же, чай. Он сопровождает любую японскую трапезу от повседневного обеда до праздничного застолья. Японцы пьют в основном зелёный чай, что обуславливает значительное разнообразие его сортов. Впрочем, чёрный чай японцы также пьют, но для него не выделяют отдельных сортов и называют общим названием ко-тя.

В качестве прохладительного напитка распространен кори — строганый лед с фруктовым сиропом.

Естественно, чай – не единственный напиток японцев. Они не прочь выпить и чего-нибудь покрепче, например, всем известного саке. Несмотря на то, что этот напиток производится лишь из риса и воды, количество его разновидностей превышает тысячу. Кстати, саке зря называют рисовой водкой, он скорее напоминает вино, а его крепость не превышает 19 градусов. Любителям ещё более крепких напитков японцы могут предложить сиотю. Его крепость составляет 25-30 градусов.

2 Пищевая и биологическая ценность основных продуктов, используемых для приготовления блюд японской кухни

Основные продукты в японских блюдах: рис, лапша, рыба и морепродукты, овощи и фрукты, соя. Эта сбалансированная низкокалорийная пища, богатая клетчаткой, белками, полезными минералами и витаминами, оказывает благотворное влияние на организм человека.

Рис. Рис настолько важен для японцев, что слово «гохан» означает не только сваренный рис, но и просто еду. Не зная хорошо жизнь японцев, сложно представить, как широко использовался и используется рис. Он не только аналог хлеба в европейской кухне. Из него готовят напитки, приправы, кондитерские изделия. Во всем мире широко известна рисовая водка с небольшим содержанием алкоголя (16 – 18°) – сакэ. Сётю менее известна, но более крепкая – японский вариант самогона. Широко применяется в кулинарии мирин – сладкое сакэ. Из риса готовят особый вид пива – бакусю, уксус, соусы и пасту.

Рис является великолепным источником сложных углеводов и клетчатки. Клетчатка играет важную роль в процессе пищеварения, в то время как углеводы служат источником постепенно высвобождаемой энергии, необходимой для жизнедеятельности человеческого организма. В рисе содержится значительное количество углеводов в виде крахмала и клетчатки – 72–90%, белки – 12–16%, жир – до 8%, минеральные вещества: калий, фосфор, железо, магний, марганец; витамины групп В, РР, и Е [14, с.12].

Лапша. Соба - лапша из гречишной муки. Приверженность японцев к соба связана прежде всего с ее высокими питательными свойствами. Например, количество белка в ней примерно то же, что и в рыбе. Причем в этом белке высока доля лизина, которого обычно в зерновых содержится мало. Кроме того, в соба много различных минеральных веществ, витаминов группы В, витамина Р, аминокислот. Издавна было известно, что гречиха предотвращает повышение кровяного давления и помогает снизить уровень холестерина [14, с.12].

Рыба и морепродукты. Долгожителем на столе японцев, как и рис, являются рыба и морепродукты. На прилавках магазинов всегда в изобилии широкий ассортимент рыбных продуктов, таких как тунец, горбуша, морской лещ, креветки, кальмары, осьминоги, каракатицы, трепанги, крабы, моллюски (все это в свежем виде). Едят рыбу, отваренную в соевом соусе, жареную на сковороде, на открытом огне, приготовленную в кипящем масле, в виде колбасы и сосисок, сушеную. Иногда рыба и морепродукты употребляются и «живьем». Называются такие блюда «одори». Процесс приготовления заключается в том, что, скажем, окуня ошпаривают кипятком, поливают соусом, сразу режут на кусочки и, хотя в это время рыба бьет хвостом и шевелит губами, спешат отправить в рот.

Мясо рыб характеризуется исключительно высокой пищевой ценностью. Это обусловлено несколькими факторами: наличием в рыбе всех веществ, необходимых для рационального питания человека; большим количеством съедобных частей и высокой усвояемостью всех тканей рыбы; наличием у большинства рыб присущих только им вкуса и запаха, а у морских, кроме того, специфического аромата моря и кисловатого вкуса, что в еще большей мере способствует повышению их усвояемости. Доказано, что рыба полезнее говядины, особенно для пожилых, тучных и больных людей, т. к. быстро переваривается даже при пониженной секреции пищеварительных органов.

Белки рыб фактически полностью полноценные (все незаменимые аминокислоты). Из простых белков в мышцах в основном содержатся альбумины и глобулины, а из сложных – фосфоропротеиды, нуклеопротеиды (в ядрах клеток, молоках, икре) и глюкопротеиды (в межтканевых веществах и в слизистых оболочках). Неполноценного белка коллагена в рыбе всего около 0,5 %, а неусваиваемый эластин практически отсутствует [15, с.214].

Жиры рыб тоже очень ценные. Они имеют высокую биологическую активность, т. к. содержат линолевую, линоленовую и арахидоновую кислоты, сочетание которых называют витамином F. Этот комплекс нормализует жировой и холестериновый обмен. Установлено, что 30 г. рыбьего жира снижает количество холестерина в крови на 7 %. У лососевых, чаще всего используемых в японской кухне, много жира находится в мускулах брюшка.

Экстрактивные вещества рыб называют азотистыми (креатин, креатинин и др.) и безазотистыми (главным образом продукты гидролиза углеводов). Их содержание колеблется от 1,5 до 3,5 %. Они активизируют пищеварение, улучшают вкус и запах бульона [15, с.218].

Углеводы содержатся в рыбе в количестве около 0,5–1 %. Это главным образом мышечный крахмал – гликоген и продукты его гидролиза (глюкоза, пировиноградная и молочная кислоты). Наличие в рыбном бульоне глюкозы придает ему приятный, слегка сладковатый вкус.

Минеральные вещества составляют 1,2–1,5 % мускульной ткани рыб. Различают микро- и макроэлементы. Из макроэлементов наибольшее значение имеют соединения фосфора, кальция, магния, железа, калия, натрия, хлора, серы, а из микроэлементов – йод, медь, мышьяк, кобальт, марганец, цинк, свинец, фтор и др. В тело рыб минеральные вещества попадают из воды путем осмоса. В связи с тем, что в пресных водах гораздо меньше минеральных солей и почти совсем нет микроэлементов, в мясе пресноводных рыб содержатся лишь макроэлементы.

Витамины имеются почти во всех тканях рыб. Из жирорастворимых находятся витамины A, D, E, K, а из водорастворимых – почти все витамины группы В. Также в мясе рыб содержится вода в количестве 55–83 % [15, с.221].

Овощи и морские растения. Трудно представить себе японскую кухню без овощей, которые имеют давнюю историю на Японских островах. Как и другие народы, японцы в древности собирали дикорастущие растения – дикий лук рокамболь, белокопытник, папоротник орляк. В VI веке из Китая были завезены редька, морковь, съедобный лопух, а в Х веке к ним добавились репа, огурцы, баклажаны, горчица, новые виды дыни. К первой половине ХХ века в стране уже выращивались кабачки, красный перец, картофель, сладкий картофель, а после «открытия» страны европейцами в середине прошлого века японцы познакомились с рядом ранее неведомых им овощей – капустой, луком, кукурузой, спаржей, помидорами. Затем появились клубника, разные виды дыни, арбузы. После второй мировой войны салат, зеленый перец, капуста спаржевая и цветная придали японской кухне западный аромат [16].

Кроме того, японцы едят малоизвестные европейцам, обладающие полезными свойствами овощи и растения. В частности, очень популярны корень лотоса, ростки бамбука, различные сорта редьки и многочисленные виды бобов, а также яме, гобо, конняку, мицуба, васаби, выращенные на поленьях грибы. Васаби является великолепным источником витамина С.

Очень популярна у японцев сладкая редька дайкон (большой корень). Энзимы, амилаза и эстераза, содержащиеся в ней, аналогичны находящимся в организме человека. Они помогают лучшему усвоению жиров, белков и углеводов. Тертая редька, которую едят с одним из популярных блюд национальной кухни – тэмпура – способствует усвоению жиров, а нарезанная ломтиками, подаваемая с сасими, – усвоению белка. Тертую редьку следует есть немедленно, так как через полчаса до 50% энзимов теряют свои свойства.

Любят японцы и корень лопуха – гобо, вольно произрастающего на севере Китая и в Сибири, но культивируемого главным образом в Японии. Он полезен тем, что богат витаминами группы. В и минеральными веществами, содержащимися преимущественно в кожуре, поэтому чистить его следует аккуратно. По большей части гобо едят с растительным маслом, иногда тушат.

Деликатесом восточной кухни считается корень лотоса. Обладающий нежным вкусом, он незаменим для приготовления различных жареных блюд. Едят его в тушеном и маринованном виде. Лотос (не только корень, но и семена, и листья, и цветки) обладает питательными и целебными свойствами. В его семенах содержится до 20 процентов белка.

В японской кулинарии широко применяются грибы. Именно они придают многим блюдам неповторимый экзотический вкус. Грибы – не дикорастущие, а специально выращенные, например сиитакэ (шиитаки), культивируются в стране уже не одно столетие, а в настоящее время распространились в Европе и США, но здесь они еще достаточно дорогие.

Сиитакэ мз-за целебных свойств широко применяли в народной медицине для лечения болезней сердца, гипертонии, гриппа, как средство против ожирения и старения, для нормализации половых функций и, как стало известно в последнее время, возможно, появились неплохие перспективы применять их как профилактическое средство при онкологических заболеваниях, а также против вируса СПИДа [16].

Морские «овощи» – водоросли, японцы знали еще задолго до появления земледелия. Казалось бы, эта дары моря вряд ли могут вызвать аппетит. Но на самом деле хорошо приготовленные, высококачественные водоросли не только обладают нежным вкусом, но и помогают оттенять вкус других продуктов, не говоря уже о том, что служат прекрасным украшением различных блюд, В Японии эти овощи из моря не менее популярны, чем с огорода. Их используют для приготовления салатов, супов, тушеных блюд. Водоросль нори является великолепным источником йода, кальция и железа – трех минералов, необходимых для развития здорового скелета и кровеносной системы. В ней также много витаминов В12. это делает суши ценным источником этого витамина, который содержится главным образом в продуктах животного происхождения.

Соя. Широкое использование сои – отличительная черта японской кухни. Соевые бобы были завезены из Китая и хорошо прижилась здесь. Они очень богаты растительным белком, содержание которого в соевой муке превышает 50 %, а в соевом концентрате достигает 70 %. Из сои изготавливают как аналоги мяса, рыбы, хлеба, кондитерских изделий, так и национальные продукты: тофу, абураагэ, мисо, натто, сею и юба. Продукты из сои бывают не заквашенными (как тофу) и заквашенными (как мисо). Из всех бобовых соя является источником наиболее ценных белков. Поскольку соевые бобы содержат крахмал, они отличаются также высоким содержанием полиненасыщенных жиров. В них также содержатся клетчатка, витамины группы В и много минералов [17].

В 240 г. тофу (его часто переводят как соевый творог) содержится столько же белка, сколько в двух яйцах (это примерно четверть необходимого количества ежедневного его потребления). Такой белок хорошо усваивается (до 95 %), что обусловлено технологией его приготовления. В тофу много лизина. Он – богатый источник кальция, некоторых минеральных веществ, особенно железа, нескольких видов витаминов В и Е. Например, в 100 г. тофу на 23% больше кальция, чем в том же количестве молока. Его трудно переоценить как диетический продукт: при высокой питательности он низкокалориен, в нем мало углеводов, он поглощает жиры и не содержит холестерина. Это хороший заменитель мяса, яиц и молочных продуктов. В отличие от другой высокобелковой пищи, формирующей кислотную среду, он создает щелочную.

Мисо – густая паста из перебродивших соевых бобов и зерновых с добавлением соли и воды – служит как для приготовления супов, так и в качестве приправы. Разновидностей мисо много и каждая со своим запахом, вкусом и цветом. Эта паста – источник важных аминокислот, минеральных веществ, витамина В, она низкокалорийна и содержит мало жиров. Многие японцы начинают свой день с чашки горячего супа из мисо (мисосиру).

Считается, что он снижает уровень холестерина, нейтрализует эффект курения и загрязнения атмосферы, ощелачивает кровь и предотвращает болезни, связанные с радиацией. Как и йогурт, в не пастеризованном виде мисо содержит молочные бактерии и энзимы, которые помогают усваивать пищу. Ученые установили, что при регулярном употреблении мисо человек меньше подвержен заболеваниям некоторыми формами рака и сердечным болезням [17].

3 Классификация и ассортимент блюд (со сводной таблицей рецептур). Особенности приготовления, оформления и правила подачи

В Японии нет принятой, как в России, классификации блюд. В Японии блюда подразделяются на холодные и горячие. Особенность японской кухни: так как размер съедобных морских животных обычно невелик, то нет понятия «основное блюдо». Кроме того, нет деления на перемены - первое, второе, супы или холодные и горячие блюда. Есть начало трапезы, ее середина, завершение. Обед можно начать с любого блюда, но вот зеленый чай сопровождает обед всегда.

Подаются блюда на стол в определенной последовательности, которой японцы строго придерживаются. Так, первым делом, подаются сашими, чтобы гость мог отведать блюдо с натуральным вкусом и ощутить всю прелесть сырой рыбы. Затем подаются несырые блюда, например, своеобразный омлет тамаго, калифорнийские роллы или копченый пресноводный угорь, именуемый унаги. Затем вновь идет свежая рыба, разнообразные моллюски, которые могут подаваться в виде нигири или маки-суши. Последними подаются экзотические блюда с сильным вкусом и блюда со специями. Что касается супов, они могут подаваться на любой стадии трапезы.

Однако, в связи со сложной классификацией блюд Японии, в курсовой работе,составим сводные таблицы рецептур по более понятной нам схеме: холодные блюда и закуски, первые блюда, вторые блюда, сладкие блюда.

Хотя в Японии нет привычного деления кушаний на закуски и основные блюда, ряд национальных блюд можно отнести к закускам. Прежде всего это суси (суши) - небольшие рисовые колобки с начинкой из рыбы и морепродуктов. Их подают с маринованным имбирем и пастой васаби, которые подчеркивают изысканный вкус суси, а также благотворно влияют на процесс пищеварения. Отдельно предлагают соевый соус Суси, вопреки распространенному представлению, готовят не только из сырой, но из копченой или маринованной рыбы. Едят их палочками (впрочем, мужчины могут браь закуску и руками), целиком или отламывая небольшие кусочки. В соевый соус макают только рыбу, рис при этом должен оставаться сухим.

Другая популярная японская закуска — сасими (сашими). Она представляет собой тонко нарезанные и красиво сервированные ломтики сырой рыбы и морепродуктов. Сасими подают с васаби и соевым соусом, часто дополняя дайконом и другими овощами.

В японской кухне есть и менее экзотические закуски. К ним относятся блюда из свежемаринованных овощей (цукэмоно) и разнообразные грибные кушанья. Закуски подают небольшими порциями, придавая большое значение сервировке и оформлению блюд. В Японии закуски, как и другие кушанья, принято готовить из местных продуктов, поэтому в различных префектурах есть свои особые блюда. Особое внимание уделяется сезонности продуктов - считается, что каждый из них обладает наиболее привлекательным вкусом только в определенное время года.

Салаты в японской кухне готовят из различных продуктов: овощей, фруктов, грибов, риса, лапши, рыбы и морепродуктов, птицы, иногда мяса. От салатов других национальных кухонь японские отличаются прежде всего способами подготовки продуктов. В частности, время тепловой обработки большинства продуктов минимально, что позволяет сохранить их природный вкус и аромат, а также большинство питательных веществ.

Другое отличие японской кухни — необычное сочетание продуктов и использование оригинальных приправ, с помощью которых вкус привычных продуктов меняется до неузнаваемости. В качестве специй чаще всего выступают соевый соус, мирин, уксус, молотый или маринованный имбирь, хлопья из сушеной рыбы, паста мисо и сушеные морские водоросли. Все японские салаты, как правило, довольно легкие и низкокалорийные, так же как соусы и заправки к ним. Как и другие блюда, салаты должны быть красиво оформлены чтобы не только насыщать, но и доставлять эстетическое удовольствие от приема пищи.

Таблица 1 – Сводная таблица рецептур холодных блюд и закусок

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья | | | | | |
| Ролл с овощами | | Ролл с тунцом | | Салат из дайкона, имбирной моркови и китайских опят | |
| брутто | нетто | брутто | нетто | брутто | нетто |
| Авокадо | 8,3 | 5 |  |  |  |  |
| Рис для суши | 30 | 80 | 21 | 60 |  |  |
| Водоросли Нори | 2 | 2 | 2 | 2 |  |  |
| Капуста белокочанная | 6,25 | 5 |  |  |  |  |
| Майонез японский | 10 | 10 |  |  |  |  |
| Морковь | 13,4 | 10 |  |  | 50 | 40 |
| Огурцы свежие | 18,2 | 10 |  |  |  |  |
| Салат листовой | 15 | 10 |  |  |  |  |
| Вассаби | 2 | 2 | 2 | 2 |  |  |
| Имбирь маринованный | 10 | 10 | 10 | 10 |  |  |
| Филе лосося |  |  | 83 | 80 |  |  |
| Дайкон |  |  |  |  | 90 | 70 |
| Китайские опята консервированные |  |  |  |  | 40 | 40 |
| Светлое кунжутное масло |  |  |  |  | 5 | 5 |
| Соевый соус |  |  |  |  |  |  |
| Имбирь молотый |  |  |  |  | 1 | 1 |
| Выход |  | 130/2/10 |  | 140/2/10 |  | 160 |

Ролл с овощами. Подготовленную капусту тонко нашинковать, нарезать тонкой соломкой огурец и морковь. Лист салата мелко нашинковать.

На лист водорослей нори раскладываем тонким слоем рис. Затем накладываем начинку и сворачиваем в виде рулетика. Режим на порции в виде маленьких пенечков. Подают с вассаби и маринованным имбирем.

Ролл с лососем (сакемаки). Распределить рис равномерно по листу нори. Положить филе лосося посередине слоя риса. сворачиваем в виде рулетика. Режим на порции в виде маленьких пенечков. Подают с вассаби и маринованным имбирем.

Салат из дайкона, имбирной моркови и китайских опят. От дайкона отрезать кусок длиной 6-8 см., вырезать из него середину таким образом, чтобы толщина стенок не превышала 0,2 см., после чего сделать вертикальный надрез. Очистить и помыть морковь, натереть ее «корейской соломкой» (также поступить с серединкой дайкона). Смешать тертые овощи с имбирным порошком и соевым соусом, немного помять.Опята слить с маринада. Заправить кунжутным маслом.Дайкон натереть солью, начинить овощной смесью, выложить на тарелку. Добавить опята.

Супы. Рецепты приготовления супов и похлебок в Японии весьма разнообразны, как и используемые ингредиенты. Сами японцы отдают предпочтение первым блюдам из овощей или морепродуктов, однако в японской кухне достаточно супов из мяса и птицы.

Супы из морепродуктов готовят чаще всего на основе даси — бульона из морских водорослей и хлопьев бонито. Кроме даси в японской кухне часто используют куриный бульон.

Таблица 2 – Сводная таблица рецептур первых блюд

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья | | | | | | | |
| «Премьер-бульон» («даси») | | Суп с яйцом и зеленым луком | | Мисо-суп | | Суп летний | |
| брутто | нетто | брутто | нетто | брутто | нетто | брутто | нетто |
| Водоросли келп | 10 | 10 |  |  |  |  |  |  |
| Стружка сушеного бонито | 45 | 45 |  |  |  |  |  |  |
| Вода | 900 | 900 |  |  |  |  |  |  |
| Мисо паста |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |
| Водоросли Вакаме |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |
| Соевый соус |  |  | 5 | 5 | 10 | 10 | 5 | 5 |
| Тофу твёрдый |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |
| Грибы шиитаке |  |  | 18 | 10 | 18 | 10 |  |  |
| Бульон «даси» |  |  | 450 | 450 | 450 | 450 | 250 | 250 |
| Лук-порей |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Яйцо |  |  | 1 | 40 |  |  | 1 | 40 |
| Огурцы свежие |  |  |  |  |  |  | 31 | 24 |
| Зеленый горошек |  |  |  |  |  |  | 13 | 9 |
| Выход |  | 900 |  | 500 |  | 500 |  | 300 |

Две наиболее известные разновидности японских супов — мисосиру и суимоно. К первой группе относят супы, обязательным компонентов которых является мисо (паста из ферментированных соевых бобов). В качестве других ингредиентов мисосиру выступают рыба, морепродукты, тофу, лапша и дайкон. Суимоно, или прозрачные супы, готовят из птицы, рыбы, мяса (эти продукты предварительно отваривают и лишь потом кладут в приготовленный отдельно бульон). Первые блюда в Японии готовят непосредственно перед подачей к столу. Их разливают в глубокие тарелки, напоминающие по форме пиалы, и едят, как ни странно, палочками (ими вначале выбирают кусочки рыбы и овощей, а затем выпивают бульон прямо из тарелки.

«Премьер-бульон» («даси»). Положить келп в кастрюлю с водой и довести до кипения. Сразу же, как закипит вода, удалить водоросли. Добавить в бульон стружку бонито. Не размешивайть. Когда бульон снова закипит, снять кастрюлю с огня. Как только стружка бонито опустится на дно, бульон готов. Процедить бульон через мелкое сито. Отцеженные водоросли и высушенные хлопья бонито можно использовать еще раз для менее насыщенного бульона.

Японский суп с яйцом и зеленым луком. Довести в кастрюле «премьер-бульон» до кипения, положить лук, грибы, соль и соевый соус. Прокипятить 2-4 мин. Взбить яйцо. Медленно влить в кастрюлю взбитое яйцо, постоянно размешивая, чтобы не образовались комки. Сразу подавать.

Мисо – суп. Довести до кипения бульон «даси». В чашке смешать мисо с небольшим количеством горячего даси, процедить, влить в основной бульон. Тофу нарезать кубиками, грибы помыть и нарезать мелкими ломтиками, вакаме нарезать полосками (ножницами), всё добавить в бульон. Довести до кипения, добавить соевый соус и подавать .

Суп летний. Огурец очищают, нарезают ломтиками. Свежий зеленый горошек промывают. Бульон «даси» доводят до кипения, всыпают горошек и варят 10 мин, затем добавляют соль, соевый соус, ломтики огурца и варят еще 5 мин. После этого бульон процеживают. Отваривают яйца «в мешочек» без скорлупы. В тарелку кладут ломтики огурца, горошек, яйцо и заливают горячим бульоном.

Вторые блюда. Вторые блюда японской кухни отличаются большим разнообразием. Местные кулинарные традиции предполагают использование практически всех видов рыбы, морепродуктов, овощей, риса и лапши в различных сочетаниях. Основные способы тепловой обработки - приготовление на пару, варка в особым образом приготовленном бульоне, жарение на сковороде или гриле - сохраняют природный вкус и аромат продуктов, а используемые в процессе приготовления специи и приправы делают вторые блюда очень вкусными.

В японской кухне можно встретить как вполне привычные для европейцев вторые блюда (отбивные, котлеты, тушеное мясо, жареную рыбу), так и оригинальные кушанья к примеру, набэмоно. Это блюдо едят в холодную погоду, причем каждый сидящий за столом готовит его самостоятельно, опуская с помощью палочек кусочки заранее нарезанных продуктов в кастрюлю с кипящим ароматным бульоном. Очень популярны в Японии вегетарианские блюда. Их готовят из круп, овощей и бобов. Но, разумеется, больше всего вторых блюд из рыбы и морепродуктов.

Таблица 3 – Сводная таблица рецептур вторых блюд

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья | | | | | | | |
| Кальмар отварной | | Мини-кебаб из креветок с водорослями Кайсо | | Маринад с апельсиновой цедрой | | Печень по-японски | |
| брутто | нетто | брутто | нетто | брутто | нетто | брутто | нетто |
| Кальмар (тушка) | 265,0 | 204,00 |  |  |  |  |  |  |
| Зелень св. | 1,3 | 1,0 |  |  |  |  |  |  |
| Лимон св. | 5,56 | 5,0 |  |  |  |  |  |  |
| Креветки королевские |  |  | 170 | 140 |  |  |  |  |
| Водоросли Кайсо |  |  | 80 | 80 |  |  |  |  |
| Перец красный сладкий |  |  | 120 | 90 |  |  |  |  |
| Маринад с апельсиновой цедрой п/ф |  |  | 50 | 50 |  |  |  |  |
| Цедра апельсина |  |  |  |  | 150 | 150 |  |  |
| Чеснок |  |  |  |  | 12 | 10 |  |  |
| Масло растительное |  |  |  |  | 450 | 450 | 12 | 12 |
| Вино белое п/сухое |  |  |  |  | 500 | 500 |  |  |
| Уксус бальзамический |  |  |  |  | 100 | 100 |  |  |
| Соль |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |
| Перец |  |  |  |  | 3 | 3 |  |  |
| Печень говяжья |  |  |  |  |  |  | 170 | 100 |
| Мука пшеничная |  |  |  |  |  |  | 6 | 6 |
| Мандарины |  |  |  |  |  |  | 54 | 40 |
| Маргарин |  |  |  |  |  |  | 5 | 5 |
| Горошек зеленый |  |  |  |  |  |  | 38 | 26 |
| Соус соевый |  |  |  |  |  |  | 20 | 20 |
| Выход |  | 100 |  | 180/50 |  | 1000 |  | 325 |

Отварные кальмары. Кальмары очистить от кожицы, варить 3--5 минут и нарезать соломкой. При подаче посыпать зеленью, украсит ломтиком лимона.

Мини-кебаб из креветок с водорослями Кайсо. Креветки очистить, поместить в маринад с апельсиновой цедрой, держать 5-10 мин., после чего наколоть на шпажки вместе с квадратиками красного сладкого перца и быстро обжарить.

На тарелку выложить водоросли Кайсо, шпажки с мини-кебабами, декорировать сгущенным маринадом и четвертинкой лимона. Для маринада с апельсиновой цедрой: смешать все ингредиенты, прокипятить, остудить, настоять 1 день, профильтровать.

Печень по-японски. Подготовленные куски печени обмакивают в растительное масло, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон, затем посыпают солью и красным першем. Готовят рисовую рассыпчатую кашу, осторожно смешивают ее с зеленым горошком, заправляют паприкой и некоторое время держат ее на водяной бане. При подаче куски печени накрывают дольками мандарина, слегка обжаренными на маргарине, и гарнируют рисом под соевым соусом.

Сладкие блюда. Своеобразие японской кухни более всего, пожалуй, выражается в сладких блюдах и десертах. Многие из них настолько необычны, что европейцам трудно не только оценить их вкус, но даже решиться попробовать. Это касается прежде всего десертов, приготовленных по традиционным рецептам, например засахаренных креветок и сембеи — рисового печенья с начинкой из орехов, рыбы и морской капусты. Множество японских сладостей готовится на основе красной фасоли адзуки. Из нее делают десерты, супы, пасты, мороженое, ею же начиняют сладкие рисовые лепешки манджу.

Наряду с такими экзотическими кушаньями, в японской кухне много десертов из фруктов: яблок, груш, хурмы, сливы. Очень вкусны фрукты в карамели, сахарном сирое также желе. Последнее в Японии готовят с использованием агар-агара — растительного желатина, получаемого из красных и бурых водорослей.

Традиционные японские блюда дополняют десерты, заимствованные из китайской и европейской кухни — кондитерские изделия, которые в Японии чаще всего делают с на чинкой из фруктов и ягод.

Таблица 4 – Сводная таблица рецептур сладких блюд

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья | | | |
| Нисики тамаго – яичный кекс | | Орехи грецкие жареные. | |
| брутто | нетто | брутто | нетто |
| Яйца | 10 шт. | 400 |  |  |
| Сахар | 100 | 100 |  |  |
| Крахмал кукурузный | 5 | 5 |  |  |
| Орех грецкий |  |  | 236 |  |
| Пудра сахарная |  |  | 20 | 20 |
| Масло кунжутное |  |  | 20 | 20 |
| Выход |  | 500 |  | 100 |

Яичный кекс (Нисики тамаго). Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить. Протереть через мелкое сито белки и смешать с 50 г сахара, 1 г соли и кукурузным крахмалом. Плотно уложить полученную смесь в металлическую прямоугольную или квадратную форму. Желтки размять, добавить 50 г сахара и 1 г соли и протереть через сито. Часть полученной массы (примерно 2 ст. л. ) отложить, стараясь не разрушить ее зернистую структуру. Остальную часть положить на белок в форм, примять, сверху посыпать оставленным пышным желтком. Положить форму в пароварку, плотно закрыть крышкой и парить на среднем огне 15—20 мин. Готовый кекс охладить, аккуратно вынуть из формы, разрезать на 5 кусков. Уложить на тарелку в форме сложенного веера.

Орехи грецкие жареные. Грецкие орехи очищают от скорлупы, с ядер снимают кожицу (для этого их замачивают на 10—15 мин в горячей воде). Очищенное ядро ошпаривают кипятком, откидывают, пересыпают сахарной пудрой и жарят во фритюре (в кунжутном масле), откидывают и охлаждают. При подаче укладывают горкой в вазу или на тарелку, на дно которых кладут бумажные салфетки.

4 Технологический процесс производства продукции, технологические и аппаратно-технологические схемы

Для таких блюд, как знаменитые суши и сашими, используются свежие сырые ингредиенты, и мастерство заключается не в кулинарной обработке как таковой, а в подготовке продукта.

Отбор, подготовка и разделка продуктов — важная составляющая японской кулинарной традиции. Необходимо знать, как очистить и разделать рыбу, как насадить ее на вертел, как нарезать мясо и овощи, как процеживать, заваривать, тереть.

Приверженность японцев к рыбным блюдам породило много приемов ее разделки. Следует напомнить, что этот скоропортящийся продукт японцы едят в свежем виде, более того, часто в сыром, и потому его надо быстро приготовить. Перед потрошением рыбу моют, удаляют чешую, несколько раз прополаскивают холодной водой. Для того чтобы удалить голову, рыбу кладут брюшком к себе, а хвостом направо. Нож вставляют под грудные плавники и делают наклонный надрез, затем переворачивают спинкой к себе и уже удаляют голову полностью. Потом надрезают брюшко у основного плавника, вынимают внутренности, промывают и хорошо обсушивают.

У японских кулинаров имеется несколько способов разделки рыбы в зависимости от ее размеров, формы и способа приготовления. Чаще всего из рыбы делают два филейных куска, а из большой плоской — четыре. Для разделки на два филейных куска обезглавленную рыбу кладут спинкой к себе, хвостом влево и несколько раз проводят линию над хребтом, погружая нож все глубже и глубже в мясо, пока оно не будет отделено от хребта. Перевернув рыбу, отделяют второй кусок. При этом нож должен резать, а не пилить. Японская кулинария славится техникой нарезки овощей, которая сокращает время готовки (например, нарезка по диагонали) и придает декоративность блюду. Существует более десяти только основных методов резки. Наиболее широко используется нарезка кружочками, по диагонали (четкими резкими движениями), наклонно (так режут морковь» редьку, гобо для тушения), полукружиями (пополам в длину, а затем на сравнительно толстые кусочки), клинышками, прямоугольниками, соломкой, кубиками. Морковь, огурец или редьку режут широкими длинными лентами, которые закручиваются наподобие металлической стружки (мы так чистим картофель), но такой тип резки требует довольно длительной тренировки. Полученную ленту можно туго скрутить и тоненько нарезать поперек так, что получатся мелкие завитки. Обычно декоративно режут овощи для украшения блюд. Есть очень простые и сложные виды такой нарезки. Например, чтобы нарезать огурец в виде цветочков, достаточно сделать вилкой бороздку по всей его длине и нарезать кружочками. Из огурца можно сделать стаканчик. Для этого его надо разрезать на кусочки (примерно по 5 см), надрезать кожуру в виде лепестков, вынуть сердцевину. Такой стаканчик можно начинить икрой или накрошенным желтком [17].

Любят японцы резать огурцы и в непривычной для нас форме «горы» (приметой японского ландшафта являются горы). Чтобы получить такую необычную форму, одним ножом протыкают насквозь кусочек огурца поперек, а вторым делают надрез наискосок, касаясь лезвия первого ножа; затем вынимают второй нож, переворачивают огурец и делают такой же разрез, вынимают оба ножа и делят огурец на две половинки. Нарезанные в форме «горы» огурцы служат украшениями для многих рыбных блюд. Морковь также режут цветочками или длинными палочками, сделав на одной стороне зазубринки. Красивый цветок получается и из помидора: его надрезают до половины на шесть частей, снимают кожуру и, раскрывая как лепестки, украшают петрушкой.

Чрезвычайно важна декоративная нарезка лимона, поскольку им часто украшают блюда. Его можно нарезать ломтиками, по центру разрезать почти до кожуры, удалить мякоть с одной половинки, а из кожуры сделать завиток. Лимон можно также разрезать по длине на дольки, очистить у каждой дольки кожуру почти до конца и тоже сделать из нее завиток. Всем известную форму хвороста придают конняку или камабоко, сделав в середине бруска надрез и пропустив через него один из концов. Из фруктов можно нарезать декоративные сосновые иголки: на прямоугольной пластине, например, яблока, сделать два глубоких надреза вдоль длинной стороны почти до конца навстречу друг другу, раздвинуть их в форме буквы Z и завернул» один конец так, чтобы получился треугольник. Из огурцов и маленьких баклажанов можно «сделать» веер. Для этого овощи режут очень тонко и аккуратно, оставляя неразрезанной примерно 1/3 длины.

Для приготовления многих блюд японской кухни используют шлифованный круглозерный рис. Шлифованный рис получается путем обработки рисовой крупы на шлифовальных машинах. Зерна риса должны быть предварительно освобождены от цветочных пленок, плодовой и семенной оболочек и частично от зародыша. Продукт имеет шероховатую поверхность.

Механическая обработка крупы включает следующие операции: просеивание, переборку (инспекция), промывание [18, с.193].

Просеивание. Просеивание осуществляется на металлических ситах, диаметр которых подбирают в зависимости от величины ядер крупы. Сита выбирают таким образом, чтобы на них в виде остатка задерживались примеси, большие чем ядра крупы, а последние проходили бы через сита.

Переборка. Примеси, оставшиеся в крупе после ее просеивания (необрушенные зерна, побуревшие, почерневшие зерна и др.), удаляют вручную.

Промывают крупу непосредственно перед закладкой их в котел для удаления частиц оболочек, неполноценных щуплых зерен и т. д. Рис может содержать на поверхности ядер продукты гидролиза и окисления собственных липидов, придающих сваренной каше привкус горечи.

Все блюда, приготовляемые на сковороде, в гриле или фритюре, по-японски называются одинаково — «обжаренные на огне». Японские кулинары любят готовить в гриле, поскольку приготовленные в нем блюда привлекательны и аппетитны, кроме того, продукты для него не требуют специальной подготовки, а соусы и приправы подаются прямо на стол. В гриле все готовят быстро на сильном огне, а потому внешняя, т.е. красивая сторона, например рыбы, получается хрустящей, а внутренняя остается мягкой и сочной, сохраняя аромат продукта. Обжаренная в гриле, украшенная на тарелке различными овощами в соответствующей цветовой гамме, она выглядит как бы в своей стихии. В гриле жарят или на открытом огне, типа нашего мангала, или на закрытом — в электрожаровнях [17].

Вкусовые качества жареных блюд в значительной степени зависят от того как они готовятся: в сухарях, муке или тесте, а также от количества и качества масла и правильно выбранного температурного режима. При жарений на сковороде используют только растительное масло, но не оливковое, которое японцам кажется слишком европейским на вкус. Для приготовления таких блюд как тэмпура применяются специальные смеси растительных масел, которые не мутнеют при высоких температурах. Для удаления запаха из уже использованного масла в нем обжаривают несколько ломтиков картофеля, который абсорбирует неприятный привкус. Из этого масла можно делать смесь и со свежим в пропорции 3:1.

Для сохранения аромата и вкуса мяса и овощей их жарят, постоянно помешивая. В этом случае все продукты режут одинаковыми кусочками, чтобы они были готовы одновременно. При готовке на сковороде мясо или рыбу по большей части сначала маринуют в различных соусах или поливают ими в процессе жарения. Глазурованная корочка появится, если перед окончанием готовки добавить сладковатый соевый соус.

Для жарения в кипящем масле используют глубокую тяжелую сковороду или фритюрницу. При таком жарении продуктов, обвалянных в сухарях, муке или крахмале, их предварительно сбрызгивают каким-либо соусом. Так называемое сухое жарение, т. е. без масла, применяется по большей части для обжаривания кунжутных зерен и водорослей. Жарят их на тяжелой сковороде, постоянно встряхивая ее, не более одной минуты. Кунжутные зерна, светлые или темные, вообще широко применяются в японской кулинарии. Если в рецепте специально не оговорено, какие использовать, то берут всегда светлые. Прожаренные кунжутные зерна имеют очень сильный и приятный запах. Из кунжута делают ароматное масло.

Совместная жарка нескольких продуктов практикуется относительно редко, так как крупные куски или целые продукты слабо пропитываются извне дополнительными ароматами. Значительно чаще применяются шпигование и фарширование.

Эту технологию редко сочетают с другими, если не считать доведения до готовности обжаренных на конфорке блюд.

И, наконец, еще одним классическим японским методом приготовления пищи является варка в различных типах бульона. Такие блюда согревают и хорошо восстанавливают силы. Обычно они подаются кипящими в керамической посуде и гостям зачастую предлагается обслужить себя самостоятельно.

Далее представлены аппаратно-технологические схемы приготовления блюд японской кухни – нигири-суши и темпуры из креветок (рис.1 и рис.2).

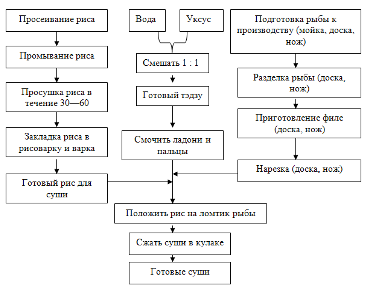


Рисунок 1 – Аппаратно-технологическая схема приготовления нигири-суши

Самым важным при приготовлении нигири-суши является соблюдение правильного соотношения между начинкой и рисом. Порции делаются вручную, путем аккуратного соединения компонентов. Потребуется разделочная доска, острый нож и миску с тэдзу – водой, смешанной с уксусом, – для смачивания ладоней, кусочков рыбы и подготовленного риса. «Колобок» риса не должен рассыпаться, когда его берут, – это один из важнейших признаков правильно приготовленного суши.

1. Сварить рис.

2. Приготовить тэдзу, смешав уксус с водой 1:1. Смочить в нем ладони и пальцы. Новички обычно слишком сильно смачивают руки, так что используйте совсем небольшое количество тэдзу.

3. Подготовить рыбу согласно технологии.

4. Взять в одну руку кусочек рыбы, а во вторую – небольшую горсть приготовленного риса для суши. Слегка сжимая рис, сформировать продолговатый комок.

5. Положить рис на ломтик рыбы. Сделать в нем небольшое углубление большим пальцем руки, в которой лежит будущая порция суши.

6. Прижимая рис указательным пальцем другой руки, распределить его по ломтику рыбы.

7. Перевернуть порцию суши (рыбой вверх) и большим и средним пальцами сжать с обеих сторон.

8. Аккуратно сжать суши в кулаке.

9. Порция суши готова: плотный комок риса покрыт ломтиком рыбы.

Темпура из креветок представляет собой нежное, изумительное на вкус блюдо из маленьких кусочков продуктов, обжаренных в легком кляре. Секрет успеха заключается в использовании ледяной воды и в доведении масла до нужной температуры.

1. Креветки промойте

2. Аккуратно снимите с креветок панцири, оставив хвосты. Отрежьте треть каждого хвоста по диагонали. Отожмите пальцами избыток воды чтобы она не попала в масло во время жарки и не вызвала брызги.

3. Сделайте неглубокий разрез по спинке каждой креветки и удалите черную венку.

4. Положите креветку на спину, чтобы она была вогнутой. Острым ножом сделайте в мясе три четыре диагональных разреза примерно на две трети толщины креветки так, чтобы кусочки держались вместе. Повторите со всеми креветками: это не позволит им во время жарки скручиваться. Распрямите креветки пальцами.

5. Чтобы приготовить соус поместите все ингредиенты в кастрюлю и доведите до кипения. Снимите с огня, дайте остыть и процедите.

6. Разогрейте масло для жарки на медленном огне до 185°С. Начинайте готовить кляр, когда масло будет теплым.

7. Перемешайте, но не взбивайте яйцо в большой миске и оставьте половину для следующего использования. Добавьте сразу ледяной воды и муку. Перемешайте лишь два три раза, чтобы осталась сухая мука и комки. Добавьте кубики льда.

8. Слегка присыпьте креветки мукой. Держа креветку за хвост, быстро обмакните ее в кляр и медленно опустите в масло. Не бросайте креветки в масло, так как при этом от них отделится кляр.

9. Повторите с остальными креветками и жарьте их пока они не поднимутся на поверхность масла и не станут хрустящими. Не зажаривайте до золотистого цвета. Жарьте по несколько креветок за раз, затем дайте стечь маслу.

10. Налейте в четыре маленькие мисочки соус для темпуры. Выложите темпуру на тарелку, украсьте мули и листом шисо и сразу подавайте на стол.

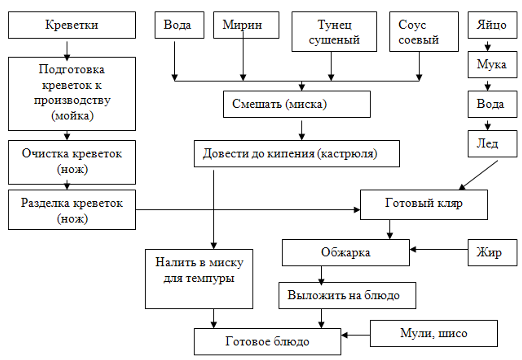


Рисунок 2 – Аппаратно-технологическая схема приготовления темпуры из креветок

5 Физико-химические процессы, происходящие с пищевыми веществами при производстве продукции

Главной задачей повара в процессе приготовления японской кухни является сохранение первоначальных свойств используемого продукта. В повседневной японских блюдах содержится мало холестерина, она готовится из самых свежих продуктов, при ее приготовлении используется минимум термической и прочей обработки, что способствует сохранению в пище большого количества полезнейших компонентов, например, таких, как витамины и минеральные элементы.

Однако часть блюд японской кухни подвергается тепловой обработке. Рассмотрим физико-химические процессы, происходящие при приготовлении главного блюда Японии – вареного риса.

Набухание – одно из важнейших свойств крахмала. При повышении температуры до 55°С структура крахмальных зерен, суспензированных в воде, изменяется. Вначале они медленно поглощают воду (до 50% и более) и ограниченно набухают. При этом повышение вязкости суспензии не наблюдается. Вода попадает в гелеподобные участки крахмального зерна и вызывает набухание, оставляя кристаллические участки не измененными. Набухание это обратимо – после охлаждения и сушки крахмал оказывается почти неизмененным.

При дальнейшем нагревании крахмала в интервале 60–65 °С крахмальные зерна увеличиваются в объеме в несколько раз, поглощая большое количество воды. При температуре свыше 65 градусов, а иногда и при более низких температурах начинается процесс клейстеризации крахмала.

Если нагревание продолжить до 80°С, большинство крахмалов необратимо набухает и клейстеризуется, при этом кристаллическая решетка разрушается.

Быстрый нагрев крахмальных зерен в воде при высоких температурах приводит к резкому и неодинаковому их набуханию.

Изменение физико-химических свойств [12, с.213].

Варка круп сопровождается изменением их физико-химических свойств и приводит прежде всего к размягчению структуры ткани, а также изменению консистенции и массы. Влага является основным фактором, вызывающим размягчение ядер круп. Обычное 30-минутное замачивание в воде с температурой 20 °С снижает твердость риса в 3,5 раза.

Повышение температуры воды в процессе варки ускоряет распределение влаги внутри ядер, в результате чего интенсивнее проходит процесс набухания, связанный не только увеличением объема белковых веществ и углеводов клеточных стенок, как это имело место при замачивании, но в еще большей мере с начавшимся процессом клейстеризации крахмала. Белки в процессе варки денатурируют, а поглощенная ими влага впрессовывается и поглощается клейстеризующимся крахмалом.

На длительность варки оказывает влияние толщина клеточных стенок. Способность к сохранению клеточной структуры в процессе варки определяет консистенцию и внешний вид продукта, эластичность и упругость ткани отдельного вида крупы. У рисовой крупы с тонкой клеточной структурой (толщина стенок рисовой крупы в 8-10 раз меньше толщины клеточных стенок перловой крупы) в процессе варки происходит частичный разрыв клеточных оболочек, что может вызвать нарушение формы и целостности ядер.

При тепловой обработке витамин В1 частично разрушается, но следует отметить, что количество разрушающегося витамина не зависит от продолжительности варки. Витамин В2 более устойчив к тепловой обработке, чем витамин В1, но тоже быстро разрушается.

Как уже было рассмотрено ранее, еще одним способом тепловой обработки при приготовлении блюд японской кухни является жарка - жарка на нагретых поверхностях, жарка в жире (во фритюре) и жарка на открытом огне.

Основной способ жаренья продукта происходит в небольшом количестве жира. При этом способе происходит частичная потеря жира, называемая угаром. Угар образуется за счет частичного дымообразования жира и его разбрызгивания. Разбрызгивание вызывается влажностью обжариваемого продукта, которая образуется за счет выделения влаги при высокой температуре (мясо, рыба, птица, обжариваемые овощи). В процессе обжаривания часть жира поглощается обжариваемым продуктом. Количество поглощаемого жира зависит от его влажности.

Продукты, содержащие много белка (мясо, птица, рыба), поглощают мало жира за счет его денатурации.

При жарке мяса, птицы и рыбы поглощаемый ими жир эмульгируется в растворе глютина, образовавшегося при расщеплении коллагена. При этом продукт приобретает аромат, сочность и нежность.

Изменение жиров при жарке продуктов во фритюре. Обжаривание продукта во фритюре (большом количестве жира) подвергает жир большим изменениям, так как фритюр предназначен для более длительного использования, а следовательно, и нагревания. Кроме того, мелкие частицы продукта и панировки часто остаются в жире и сгорают, а образующиеся при этом вещества каталитически ускоряют разложение жира. При жарке во фритюре преобладают окислительные процессы (контакт с кислородом воздуха при температуре 160—190 С) с образованием пероксидов и гидропероксидов (первичные продукты окисления), а затем вторичных (дикарбонильные соединения, диполиоксикислоты и др.), при этом увеличивается вязкость жира.

Кроме окислительных процессов при фритюрном обжаривании продуктов частично идут и гидролитические процессы за счет влаги обжариваемых продуктов [18, с.293].

Физико-химические изменения, происходящие в жире при жарке, приводят к изменению его вкуса, запаха, цвета. При обжаривании продукта во фритюре и во избежание быстрой потери его качества необходимо соблюдать ряд правил [8, с.107]:

1. Выдерживать необходимый температурный режим (160-190 С). При нагреве жира свыше 190 С происходит его интенсивное разложение (пиролиз), при этом резко возрастает концентрация токсичных продуктов термоокисления.

2. Выдерживать соотношения продукта и жира (при периодический жарке от 1:4 до 1:6, при непрерывной 1:20).

3. Периодическая фильтрация жира.

4. Тщательная очистка жарочных емкостей от нагара в конце работы с тщательным удалением моющих средств.

5. Не допускать холостого нагрева жира, так как процесс окисления происходит быстрее.

При жаренье влажных продуктов в их толще происходят в основном те же процессы, что и при варке и припускании. В поверхностных обезвоженных слоях происходит пирогенетическое расщепление органических веществ. При этом образуются продукты карамелизации, сухой перегонки белков и углеводов, декстрины и другие вещества. Большое значение в формировании вкуса жареных продуктов имеют и продукты реакции меланоидинообразования. При изготовлении дрожжевого теста и выпечке изделий из него образуется ряд новых вкусовых и ароматических веществ, которые придают изделиям специфический запах и вкус.

Особое значение при образовании новых вкусовых и ароматических веществ имеют высшие спирты (сивушные масла), органические кислоты (молочная, уксусная, пропионовая, янтарная и др.), простые и сложные эфиры, кетоны, альдегиды.

6 Контроль качества продукции

Одной из многих особенностей национальной кухни Японии является следующее требование: продукты для приготовления блюд японской кухни должны быть наивысшего качества и первой свежести.

Согласно положениям ГОСТ Р 50763-2007, услуги общественного питания и условия их предоставления должны быть безопасны для жизни и здоровья потребителей, обеспечивать сохранность их имущества и охрану окружающей среды.

При предоставлении услуг в предприятиях общественного питания всех типов и классов, а также гражданами-предпринимателями должны обеспечиваться следующие требования безопасности:

- сырье и продовольственные товары, используемые для производства кулинарной продукции, а также условия ее производства, хранения, реализации и организации потребления должны отвечать требованиям соответствующей нормативно-технической документации (Сборникам рецептур блюд и кулинарных изделий, стандартам СанПиН N 42-123-5777-91 и N 42-123-4117-86), а также санитарно-гигиеническим, микробиологическим и медико-биологическим показателям, утвержденным Минздравмедпромом России;

- торгово-технологическое и холодильное оборудование, посуда, приборы и инвентарь, другие предметы материально-технического оснащения должны быть изготовлены из материалов, разрешенных Минздравмедпромом России для контакта с пищевыми продуктами, и отвечать требованиям СанПиН N 42-123-5777-91, эксплуатационной документации заводов-изготовителей и нормам технического оснащения предприятий общественного питания;

- производственный и обслуживающий персонал должен иметь соответствующую специальную подготовку и обеспечивать соблюдение санитарных требований и правил личной гигиены при производстве, хранении, реализации и организации потребления кулинарной продукции.

- экологическая безопасность услуги должна обеспечиваться соблюдением установленных требований охраны окружающей среды к территории, техническому состоянию и содержанию помещений, вентиляции, водоснабжению, канализации и другим факторам, согласно СанПиН N 42-123-5777-91, СНиП 2.08.02-89 и положений государственных стандартов системы безопасности труда (ССБТ).

Оценку и контроль качества услуг предприятий общественного питания, а также граждан-предпринимателей осуществляют с помощью аналитических (физико-химических, микробиологических, медикобиологических), экспертных (органолептических) и социологических методов, утвержденных в установленном порядке.

Органолептическую оценку качества полуфабрикатов проводят по внешнему виду, цвету и запаху; кулинарных изделий - по внешнему виду, цвету, запаху и консистенции.

Оценка качества по физико-химическим показателям включает определение массовой доли жира, сахара, поваренной соли, влаги или сухих веществ, общей кислотности, щелочности, свежести и др.

Микробиологические показатели кулинарной продукции характеризуют соблюдение технологических и санитарно-гигиенических требований при ее производстве, условия хранения и реализации, транспортирования и оцениваются по трем группам микроорганизмов: санитарно-показательные, потенциально патогенные, патогенные.

Контроль качества по физико-химическим и микробиологическим показателям осуществляют специалисты санитарно-технологических лабораторий.

Экспресс методы, с помощью которых можно быстро провести оценку качества готовой продукции:

- качественное определение наполнителя в мясных натуральных рубленых изделиях – метод основан на взаимодействии йода с крахмалом наполнителя. При наличии наполнителя в готовом изделии или фарше йод меняет свою окраску на синюю.

- качество обработки посуды – жирная, плохо промытая посуда задерживает на поверхности крахмальные остатки. Реакция взаимодействия с йодом оставляет на поверхности синие отпечатки.

Лабораторный контроль качества, безопасности продукции и полнота вложения сырья осуществляется технологическими пищевыми лабораториями (по договору), имеющими аккредитацию или аттестацию Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии.

Все блюда и кулинарные изделия, изготовляемые в предприятиях общественного питания, подлежат обязательному бракеражу по мере их готовности. Бракераж пищи проводится до начала отпуска каждой вновь приготовленной партии.

Повседневный контроль качества выпускаемой продукции на каждом предприятии общественного питания производит бракеражная комиссия в составе директора предприятия, заведующего производством (шеф-повара), санврача и сансестры в тех предприятиях, где они имеются. Бракеражная комиссия создается в составе 3-5 человек (в зависимости от числа работников предприятия питания) ежегодно.

Основной задачей бракеражной комиссии должно быть обеспечение выпуска высококачественной продукции, отвечающей по своим свойствам требованиям действующей документации, а также обеспечение соблюдения последовательности и правильности установленных требований на всех стадиях процесса производства продукции.

На предприятии общественного питания ответственность за качество пищи несут директор предприятия (председатель бракеражной комиссии), его заместитель, заведующий производством, его заместитель и повара, приготовляющие продукцию.

Лица, виновные в неудовлетворительном приготовлении блюд и кулинарных изделий, привлекаются к материальной и другой ответственности

7 Разработка технической документации (ТК, ТТК) на ассортимент продукции

Технико-технологические карты (ТТК) разрабатываются на новые и фирменные блюда и кулинарные изделия, вырабатываемые и реализуемые только в данном предприятии (на продукцию, поставляемую другим предприятиям, ТТК не действуют).

Утверждаются технико-технологические карты руководителем или заместителем руководителя предприятия общественного питания. Срок действия технико-технологических карт определяется предприятием. Технология приготовления блюд и кулинарных изделий, содержащаяся в технико-технологических картах, должна обеспечивать соблюдение показателей и требований безопасности, установленных действующими нормативными актами.

Технико-технологическая карта включает в себя:

- наименование изделия и область применения технико-технологической карты;

- перечень сырья, применяемого для изготовления блюда (изделия); требования к качеству сырья;

- нормы закладки сырья массой брутто и нетто, нормы выхода полуфабриката и готового изделия;

- описание технологического процесса приготовления;

- требования к оформлению, подаче, реализации и хранению;

- показатели качества и безопасности;

- показатели пищевого состава и энергетической ценности.

В разделе «Наименование блюда. Область применения» указывается точное название блюда (изделия), которое не подлежит изменению без утверждения. В этом же разделе конкретизируется перечень предприятий (филиалов), подведомственных предприятий, которым дано право производства и реализации данного блюда (изделия).

В разделе «Перечень сырья» указываются все виды продуктов, необходимых для приготовления данного блюда (изделия).

В разделе «Требования к качеству сырья» в обязательном порядке делается запись о том, что продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для изготовления данного блюда (изделия), должны соответствовать требованиям нормативных документов (ГОСТы, ОСТы, ТУ) и иметь сертификат соответствия и удостоверение качества.

В разделе «Нормы закладки сырья» указываются нормы закладки продуктов брутто и нетто на 1, 10 и более порций, выход полуфабрикатов и готовой продукции.

В разделе «Технологический процесс» содержится подробное описание технологического процесса приготовления блюда (изделия), при этом особо выделяются режимы холодной и тепловой обработки, обеспечивающие безопасность блюда (изделия), а также применение пищевых добавок, красителей и др.

В разделе «Требования к оформлению, подаче, реализации и хранению» должны быть отражены особенности оформления и правила подачи блюда (изделия), требования к порядку реализации кулинарной продукции, условия, сроки реализации и хранения, а при необходимости и условия транспортирования в соответствии с ГОСТ Р 50763-95 «Общественное питание.

Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия», санитарными правилами для предприятий и условиями и сроками хранения особо скоропортящихся продуктов.

В разделе «Показатели качества и безопасности» указываются органолептические показатели блюда (изделия): вкус, цвет, запах, консистенция, а также физико-химические и микробиологические показатели, влияющие на безопасность блюда (изделия), в соответствии с приложениями к ГОСТ Р 50763-95 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

В разделе «Пищевая и энергетическая ценность» указываются данные о пищевой и энергетической ценности блюда (изделия) (Таблицы «Химический состав пищевых продуктов», одобренные Минздравом СССР), которые определяются при организации питания определенных контингентов потребителей (организация диетического, лечебно - профилактического, детского и др. питания).

Каждая технико-технологическая карта имеет порядковый номер, хранится в картотеке предприятия.

Подписывает технико-технологическую карту ответственный разработчик.

Разработаем технико-технологические карты на следующие блюда японской кухни: «Ролл Калифорния с копченным угрем» и «Темпура «Небесное яство».

Таблица 5

«Утверждаю»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

руководитель предприятия

Технико-технологическая карта №1

Наименование блюда (изделия): Ролл Калифорния с копченным угрем

Область применения: ресторан I класса

Перечень сырья: васаби, рис, имбирь маринованный, авокадо, водоросли Нори, икра рыбы масого, майонез японский, огурцы свежие, угорь копченный.

Требования к качеству сырья: продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификаты соответствия и (или) удостоверения качества.

Рецептура

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Продовольственное сырье пищевые полуфабрикаты | Норма закладки на 1 порцию, г | | Норма закладки, нетто, кг | | |
| 10 порций | 20 порций | 30 порций |
| брутто | нетто |  |  |  |
| Гарнир для суши | 1 | 1 | 0,01 | 0,02 | 0,03 |
| Авокадо | 16,7 | 10 | 0,1 | 0,2 | 0,3 |
| Рис для суши | 50 | 50 | 0,5 | 1 | 1,5 |
| Водоросли Нори | 1 | 1 | 0,01 | 0,02 | 0,03 |
| Икра рыбы «масаго» | 21,1 | 20 | 0,2 | 0,4 | 0,6 |
| Майонез японский | 10 | 10 | 0,1 | 0,2 | 0,3 |
| Огурцы свежие | 18,2 | 10 | 0,1 | 0,2 | 0,3 |
| Угорь копченный | 16,7 | 15 | 0,15 | 0,3 | 0,45 |
| Масса сырьевого набора п/ф |  | 117 | 1,17 | 2,34 | 3,51 |
| Масса готового блюда |  | 117 | 1,17 | 2,34 | 3,51 |

Технология приготовления

Подготовка сырья проводится в соответствии со Сборником технологических нормативов(1996г) и в соответствии требованиям ГОСТ Р 50763-95.

Берем лист водорослей нори на него раскладываем тонким слоем рис. Затем этот пласт переворачиваем рисом вниз накладываем начинку в соответствии с рецептурой. Сворачиваем в виде рулетика и обваливаем в икре рыбы «Масаго». Режим на порции в виде маленьких пенечков.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Подают с васаби и маринованным имбирем.

Температура подачи 14град. Реализуют в течение 30 минут.

Показатели качества и безопасности

Органолептические показатели

Внешний вид – Роллы уложены на блюдо, подгарнировка васаби и имбирь маринованный.

Цвет - Свойственный набору продуктов.

Консистенция - Риса рассыпчатая, начинки мягкая, сочная.

Вкус и запах - свойственный набору продуктов

Физико-химические показатели

|  |  |
| --- | --- |
| Показатель | Содержание, % |
| Массовая доля сухих веществ | 50,5 |
| Массовая доля жира | 104,96 |

Микробиологические показатели

КМАФАнМ, в 1 г не более....................................................................1·101

БГКП............................................................................................................1,0

Бактерии рода протей...............................................................................0,1

Коагулазоположительный стафилококк.................................................1,0

Патогенные микроорганизмы, в том числе сальмонеллы...................25,0

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия), г на 100 г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
| 18,28 | 712,26 | 63,41 | 794,0 |

Инженер-технолог

Ответственный исполнитель

Таблица 6

«Утверждаю»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

руководитель предприятия

Технико-технологическая карта №2

Наименование блюда (изделия): Темпура «Небесное яство»

Область применения: ресторан I класса

Перечень сырья: филе тунца, масло растительное, лук репчатый, перец сладкий, сельдерей (корень), вино десертное, имбирь, соус соевый, дайкон

Требования к качеству сырья: продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификаты соответствия и (или) удостоверения качества.

Рецептура

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Продовольственное сырье пищевые полуфабрикаты | Норма закладки на 1 порцию, г | | Норма закладки, нетто, кг | | |
| 10 порций | 20 порций | 30 порций |
| брутто | нетто |  |  |  |
| Тунец с/м (филе) | 132 | 120 | 1,2 | 2,4 | 3,6 |
| Масло растительное | 100 | 100 | 1 | 2 | 3 |
| Лук репчатый | 24 | 20 | 0,2 | 0,4 | 0,6 |
| Перец сладкий | 6,75 | 5 | 0,05 | 0,1 | 0,15 |
| Сельдерей (корень) | 10 | 8 | 0,08 | 0,16 | 0,24 |
| Вино десертное | 20 | 20 | 0,2 | 0,4 | 0,6 |
| Имбирь | 0,3 | 0,2 | 0,002 | 0,004 | 0,006 |
| Соус соевый | 1 | 1 | 0,01 | 0,02 | 0,03 |
| Дайкон | 14 | 10 | 0,1 | 0,2 | 0,3 |
| Мука пшеничная | 50 | 50 | 0,5 | 1 | 1,5 |
| Яйцо (белок) | 1 шт. | 20 | 0,2 | 0,4 | 0,6 |
| Вода | 30 | 30 | 0,3 | 0,6 | 0,9 |
| Масса сырьевого набора п/ф |  | 384,2 |  |  |  |
| Масса готового блюда |  | 350 |  |  |  |

Технология приготовления

Подготовка сырья проводится в соответствии со Сборником технологических нормативов(1996г) и в соответствии требованиям ГОСТ Р 50763-95.

Рыбное филе нарезают полосками, лук и коренья сельдерея - тонкими ломтиками, стручковый перец - лапшой. Из пшеничной муки, вина, белков и воды замешивают тесто. Рыбу и овощи обмакивают в тесто и обжаривают во фритюре до золотистого цвета. Для соуса кипятят воду с рубленым имбирем, вливают вино и соевый соус, размешивают и соединяют с нашинкованной редькой.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Подают под соусом.

Температура подачи не ниже 70 С. Реализуют в течение 1-3 часов.

Показатели качества и безопасности

Органолептические показатели

Внешний вид – поджаристое филе тунца в тесте

Цвет - поверхности – золотистый, рыбы – белый

Консистенция - хрустящая

Вкус и запах - приятные, вкус солоноватый

Физико-химические показатели

|  |  |
| --- | --- |
| Показатель | Содержание, % |
| Массовая доля сухих веществ | 23,23 |
| Массовая доля жира | 115,4 |

Микробиологические показатели

КМАФАнМ, в 1 г не более...................................................................1·101

БГКП...........................................................................................................1,0

Бактерии рода протей..............................................................................0,1

Коагулазоположительный стафилококк.................................................1,0

Патогенные микроорганизмы, в том числе сальмонеллы....................25,0

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия), г на 100 г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
| 43,1 | 277,39 | 4,59 | 296,1 |

Инженер-технолог

Ответственный исполнитель

Заключение

Загадочная и таинственная Япония подарила нам не менее интересную необычную кухню, формировавшуюся тысячелетиями. Мы не всегда понимаем особенности питания в Японии, ее традиции и обычаи, но вместе с тем многие любят и ценят блюда, приготовленные по японским рецептам, отдают должное их красоте, вкусу и полезным свойствам.

В последние десятилетия японцы проявляют интерес к европейским продуктам. Они все больше едят хлеба, спагетти, мяса, колбасы, сосисок, ветчины, таких овощей как салат, цветная капуста, спаржа, петрушка, перец, а также бисквитов, шоколада, мороженого. Они стали пить кофе, какао, фруктовые соки, пиво, виски, вина, коньяки. Тем не менее, традиционным блюдам национальной кухни, основой которой являются рис, овощи, рыба и другие морепродукты, по-прежнему отдается предпочтение.

И сегодня, несмотря на значительные перемены, японская еда отличается от западной как по уровню калорийности, потреблению белков и жиров, так и по своей структуре. Она продолжает сохранять специфику: заметный удельный вес крахмалистых веществ, преобладание растительных белков над животными, потребление существенной доли животного белка за счет рыбных продуктов, большая доля риса и, конечно, в целом низкая калорийность по сравнению с другими развитыми странами.

В настоящее время, когда культура здорового образа жизни завоевывает умы людей, японская кухня приобретает все больше последователей в разных странах, поскольку ассоциируется с понятием правильного питания. Действительно, соединение традиционной пищи (рис, морепродукты, овощи, соя) с продуктами животного происхождения и фруктами благоприятно сказывается на здоровье. Во всех цивилизованных странах рекомендуется меньше употреблять в пищу животных жиров, продуктов, содержащих холестерин, сахар и соль, а больше содержащих клетчатку. И именно японская кухня отвечает таким рекомендациям. И нет ничего удивительного в том, что повседневная японская пища пользуется все возрастающей популярностью за рубежом, где начинают, есть суси, мисо, тофу и соба.

Подогревая интерес к японской кухне, не только японские кулинары, но и их последователи в разных странах открывают многочисленные школы, издают много книг и брошюр с рецептами. Рестораны японской кухни уже завоевали, например, западное побережье США, где традиционной проживали японские переселенцы, Париж, Лондон, а теперь и Росию. Эта популярность во многом объясняется поистине философским отношением японцев к пище в целом - продукты должны быть здоровыми, полезными и вкусными.

Список использованных источников

1. ГОСТ Р 50763-2007 Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению. Общие технические условия
2. Санитарные правила для предприятий общественного питания. СанПиН 42-123-5774-91 от 19.03.1991
3. Санитарные правила для предприятий общественного питания. СанПиН 42-123-4217-86 «Санитарные правила. Условия, сроки хранения особо скоропортящихся продуктов»
4. Санитарные правила для предприятий общественного питания. СанПиН 42-123-5777-91 «Санитарные правила для предприятий общественного питания, включая кондитерские цехи и предприятия, вырабатывающие мягкое мороженое»
5. Временный порядок разработки и утверждения технико-технологических карт (ТТК) на блюда и кулинарные изделия: Письмо МВЭС РФ № 21-310 от 23.10.97 г
6. МБТ 5061-89 «Медико-биологические требования и санитарные нормы качества продовольственного сырья и продуктов»
7. Артемова Е.Н. Основы технологии продукции общественного питания: Учебное пособие. – М.: КноРус, 2008
8. Богушева В. И. Технология приготовления пищи: учебно-методическое пособие — Ростов н/Д: Феникс, 2007.
9. Красичкова А.Г. Японская кухня. – СПб.: Питер, 2007
10. Новоженов Ю. М., Сопина Л. Н. Зарубежная кухня: Практ. пособие. — М.: Высш. шк„ 1990
11. Радченко Л. А. Организация производства на предприятиях общественного питания: Учебник / Изд. 6-е, доп. и перер. — Ростов н/Д: Феникс,2006.
12. Ратушный А. Технология продукции общественного питания В 2-х т. – М.: Мир, 2007
13. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. М.: Экономика, 1983
14. Химический состав блюд и кулинарных изделий. Справ. табл.: В 2 т. Т.1 /Под ред. И.М.Скурихина, М.Н.Волгарева. М., 1994
15. Химический состав блюд и кулинарных изделий. Справ. табл.: В 2 т. Т.2 /Под ред. И.М.Скурихина, М.Н.Волгарева. М., 1994
16. История возникновения японской кухни http://worldfoods.ru/Japanese-cuisine/History/
17. Fushigi Nippon / http://leit.ru