Конспект

урока теоретического обучения

по технологии общественного питания

Тема: Блюда из мяса. Жареные блюда, тушеные блюда

Оршанка 2008

ХОД УРОКА

1. Организационное начало урока

1.1. Здравствуйте, присаживайтесь

1.3. Настрой учащихся на урок

2. Вводная часть.

2.1. Актуализация знаний учащихся (проверка знаний учащихся)

1. Какие вы знаете блюда из мяса?

2.2. Сообщение темы и постановка цели урока

Тема: Блюда из мяса. Жареные блюда, тушеные блюда

Цель: Овладение учащимися новым материалом по данной теме

2.3. Вступительная беседа

3. Какие блюда из мяса мы проходили на прошлых уроках?

ЖАРКА МЯСА

В жареном виде приготавливают блюда из говядины, телятины, баранины, козлятины и свинины. Применяют следующие способы жарки: основной способ, во фритюре, над углями или в электрогриле, в аппаратах с инфракрасными излучателями. Мясо жарят крупными кусками, порционными, мелкими и в рубленом виде.

Для жарки используют такие части мяса, которые содержат нежную соединительную ткань и неустойчивый коллаген. При жарке таких частей коллаген успевает перейти в глютин и обеспечивает размягчение тканей мяса. В телятине, свинине, баранине и козлятине коллагене устойчив, чем в говядине, поэтому в них почти все части используют для жарки.

Во время жарки на поверхности образуется поджаристая корочка, состоящая из органических соединений, которые придают жареному мясу особые вкус и аромат. Многие органические соединения корочки возбуждающе действуют на пищеварительные органы, благодаря чему повышается усвояемость пищи. Мясо жарят в натуральном и панированном виде. Некоторые мясные продукты (грудинку) предварительно варят, затем охлаждают, панируют и используют для жарки.

**Жарка мяса крупными кусками**. Для жарки мяса крупными кусками используют мясо массой до 1—2 кг. Мякоть лопатки свертывают рулетом и перевязывают, грудинку жарят вместо с реберными костями, их удалят после жарки.

При жарке на поверхности мяса быстро образуется румяная корочка, за это время внутри мясо не прожаривается. Для того чтобы процесс жарки проходил равномерно, крупные куски мяса жарят при умеренном нагреве в жарочном шкафу.

Мясо натирают солью и перцем, укладывают на разогретый противень с жиром так, чтобы куски мяса не соприкасались друг с другом обжаривают со всех сторон до появления корочки. При тесной укладке кусков мяса происходит значительное понижение температуры жира, поэтому долго не образуется корочка, вытекает много сока и мясо получается несочное. Обжаренное мясо ставят в жарочный шкаф и дожаривают при температуре 180—200°С, при этом через каждые 10—15 мин его переворачивают и поливают вытекающим из него соком и жиром. Готовность мяса определяют по упругости мяса и соку, выделяющемуся из прокола поварской иглой. Время жарки зависит от размера кусков, вида мяса, степени прожаривания и составляет от 40 мин до 1 ч 40 мин. Перед отпуском мясо нарезают поперек волокон на порционные куски по 1—3 шт. на порцию (выход: 50, 75 или 100 г).

Мясо, жаренное крупным куском (ростбиф). Говядину (вырезка, толстый и тонкий края) крупным куском массой 1—2 кг зачищают, натирают солью и перцем, кладут на противень, разогретый с жиром. Мясо укладывают с интервалом между кусками не менее 5 см, обжаривают на сильном огне до образования поджаристой корочки, затем ставят в жарочный шкаф и продолжают жарить при температуре 160—170о. Во время жарки мясо периодически переворачивают и поливают выделившимся соком и жиром. Ростбиф можно поджарить до трех степей готовности: с кровью (мясо жарят до образования поджаристой корочки), полупрожаренный (внутри к центру мясо розоватого цвета) и прожаренный (мясо внутри серого цвета). О степени прожаренности судят по упругости мяса: ростбиф полупрожаренный пружинит — слабо, полностью прожаренный — почти не имеет упругости. Готовый ростбиф нарезают на порции по 2—3 куска.

Оставшийся после жарки на противне сок выпаривают, сливают жир, наливают небольшое количество бульона, кипятят и процеживают. Полученный мясной сок используют при отпуске мяса.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку букетами укладывают сложный гарнир, состоящий из 3—4 видов овощей, строганый хрен, рядом кладут нарезанное мясо, поливают его мясным соком. В качестве гарнира можно использовать картофель фри или жареный.

**Баранина или козлятина жареная**. Подготовленные крупные куски (окорок, корейка) натирают солью и перцем, можно предварительно шпиговать морковью, петрушкой и чесноком, укладывают па противень, поливают жиром, обжаривают на плите до образования поджаристой корочки и дожаривают в жарочном шкафу. В процессе жарки поливают выделившимся соком и жиром. Готовое мясо нарезают по 1-2 куска на порцию, заливают небольшим количеством мясного сока и прогревают в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир: гречневую кашу, фасоль в масле или соусе, картофель жареный или отварной, рядом — баранину или козлятину, поливают мясным соком.

**Свинина жареная.** Используют для жарки крупными кусками окорок, корейку, лопатку. Свиной окорок в коже перед жаркой опускают в кипящую воду на 10 мин, для того чтобы кожа стала мягче. Подготовленные куски мяса натирают солью и перцем, укладывают на противень так, чтобы между ними были промежутки, поливают бульоном или горячей водой и ставят в жарочный шкаф с температурой 220—250°С. Во время жарки периодически поливают выделившимся из него соком и жиром. Когда на поверхности мяса появится корочка, температуру снижают до 150—170°С и продолжают жарить до готовности мяса. Готовое мясо нарезают по 1—2 куска на порцию, заливают небольшим количеством мясного сока и прогревают в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут тушеную капусту, жареный картофель, гречневую кашу, отварную фасоль, сложный гарнир, рядом — свинину, поливают мясным соком.

**Грудинка фаршированная**. Подготовленную с фаршем баранью или телячью грудинку посыпают солью и перцем, укладывают на противень реберными костями вниз, поливают жиром и ставят в жарочный шкаф. Жарят вначале при температуре 200—250°С до образования поджаристой корочки, а затем дожаривают при температуре 160°С. Во время жарки мясо поливают соком и жиром. Готовую грудинку нарезают на порции и при отпуске поливают мясным соком.

Жарка мяса натуральными порционными кусками. Порционными натуральными кусками мясо жарят с небольшим количеством жира (5-10% массы мяса) на плите или электросковороде. Подготовленные порционные куски посыпают солью и перцем, укладывают на противень с жиром, разогретым до 170—180°С. После образования поджаристой корочки с одной стороны мясо переворачивают, жарят до готовности и образования корочки с другой стороны. Потери при жарке мяса натуральными порционными кусками составляют 37%. Жарят мясо непосредственно перед подачей, с тем чтобы сохранить его вкус и запах. Натуральные жареные блюда отпускают с простым или сложным гарниром. Мясо поливают мясным соком, маслом или соусом. Выход мяса составляет 50,75 или 100 г.

**Бифштекс**. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, кладут па сковороду, разогретую с жиром, и жарят с обеих сторон около 15 мин до нужной степени готовности: с кровью, полупрожаренный или прожаренный.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут картофель жареный или фри либо сложный гарнир из 3—4 видов овощей, строганный хрен, рядом укладывают бифштекс, поливают мясным соком, сверху можно положить зеленое масло.

**Бифштекс с яйцом**. Приготавливают и подают так же, как бифштекс натуральный, но при отпуске сверху кладут яичницу-глазунью из одного яйца.

Бифштекс с луком. Приготавливают блюдо так же, как бифштекс. При отпуске на порционное блюдо посредине кладут бифштекс, вокруг него укладывают картофель жареный (из вареного) или фри, бифштекс поливают мясным соком, сверху кладут лук, нарезанный кольцами жареный во фритюре.

**Филе**. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью, перцем и кладут на разогретую с жиром сковородку, жарят около 20 мин до нужной степени готовности.

При отпуске в баранчик или порционное блюдо кладут гарнир: картофель жареный или сложный из 3—4 видов овощей, рядом укладывают филе, поливают мясным соком, сливочным маслом.

Филе можно отпустить с соусом. Филе укладывают на крутой (ломтик поджаренного пшеничного хлеба), поливают красным основным усом или томатным, гарнир — картофель жареный подают отдельно

**Лангет**. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду и при сильном нагреве жарят 7 — 8 мин до готовности.

При отпуске на порционное блюдо укладывают картофель жареный или сложный гарнир букетами, рядом кладут лангет (по 2 куска на порцию), поливают мясным соком.

**Антрекот**. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду, жарят 10 — 12 мин до готовности.

Антрекот. Подготовленный п/ф посыпают солью, перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду, жарт 10-12 мин до готовности.

При отпуске на порционное блюдо кладут картофель жареный или картофель фри, картофель в молоке, сложный гарнир из 3-4 видов овощей, рядом укладывают антрекот, строганный хрен, зелень петрушки, антрекот поливают мясным соком, сверху кладу кусочек зеленого масла. Антрекот можно отпустить с яйцом или луком, как бифштекс.

Говядина 170, жир животный топленый 7, хрен (корень) 16, гарнир 150. Выход6: 239.

Котлеты натуральные из баранины, свинины или телятины. Подготовленные котлеты посыпают солью и перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду и жарят при сильном нагреве с обеих сторон. При отпуске на порционное блюдо или тарелку укладывают гарнир, рядом — котлеты. поливают их мясным соком, на косточку надевают папильотку. К котлетам из баранины можно отдельно подать соус молочный с луком. На гарнир к котлетам из баранины подают картофель жареный или фри, стручки фасоли в масле, рассыпчатый рис, фасоль в томате или масле, сложный гарнир. На гарнир к котлетам из свинины и телятины — картофель жареный или фри, картофель в молоке, овощи в молочном соусе.

Эскалоп из свинины или телятины. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, кладут на раскаленную с жиром сковороду и жарят до готовности. При отпуске на порционное блюдо или тарелку картофель жареный или фри, сложный овощной гарнир; эскалоп укладывают рядом на крутой из пшеничного хлеба, поливают мясным соком (можно подать без крутона).

Свинина 147 или телятина 189, или баранина 175, жир животный топленый 7, гренки 20, гарнир 150. Выход: 255.

**Шашлык по-карски**. Порционные куски баранины, нарезанные из почечной части корейки, маринуют вместе с почками. На металлическую шпажку надевают половинку почки, затем мясо и снова половинку почки, смазывают жиром и жарят до готовности на открытом огне или в электрогрилях.

При отпуске готовый шашлык снимают со шпажки на порционное блюдо, рядом кладут крупнонарезанный зеленый лук или маринованный репчатый лук, нарезанный кольцами, свежие помидоры или огурцы, дольку лимона. Отдельно подают в соуснике соус "Южный" или ткемали, на розетке сушеный барбарис, "Кетчуп".

**Жарка мяса мелкими кусками**. Для жарки мелкими кусками используют вырезку, толстый и тонкий края, внутреннюю и верхнюю части задней ноги. Нарезанное мясо укладывают слоем 1— 1,5 см на хорошо раскаленную сковороду с жиром и жарят при сильном нагреве, помешивая поварской вилкой или лопаточкой. Нельзя укладывать мясо толстым слоем, так как поджаристая корочка образуется не сразу, при этом из мяса выделяемся много сока, a кусочки становятся сухими и грубыми.

**Бефстроганов.** Мясо, нарезанное брусочками длинной 30-40 мм, кладут па хорошо раскаленную с жиром сковороду, посыпают солью, перцем и быстро обжаривают 3-5 мин, при этом мясо перемешивают. Обжаренное мясо соединяют с пассированным репчатым луком, заливают сметанным соусом, добавляют соус "Южный" и доводят до кипения.

При отпуске бефстроганов кладут в баранчик или на порционную сковороду, посыпают измельченной зеленью петрушки, отдельно в баранчике подают картофель, жаренный из вареного. При приготовлении блюда в большом количестве отпускают на тарелке. В качестве гарнира используют картофель отварной, жареный, фри.

Говядина 162, лук репчатый 43, маргарин столовый 10, мука пшеничная 5, сметана 30, соус "Южный" 4, гарнир 150. Выход: 300.

**Поджарка.** Приготавливают из говядины, свинины, телятины. Нарезанное брусочками мясо кладут на раскаленную с жиром сковороду, посыпают солью, перцем и обжаривают до готовности, добавляют шинкованный пассированный репчатый лук, томатное пюре и жарят еще 2 мин.

Отпускают на порционной сковороде. Отдельно подают гарнир - картофель жареный, рассыпчатую кашу. При приготовлении блюда в большом количестве гарнир кладут рядом с мясом.

Говядина 162 или свинина 129, или баранина 166, или телятина 180, лук репчатый 36, жир животный топленый 10, томатное пюре 15, гаpнир 150. Выход: 250.

**Шашлык из говядины**. Мясо, нарезанное кубиками, слегка отбивают, накалывают на шпажку вперемежку с кусочками шпика, посыпают солью, перцем, кладут на разогретую с жиром сковороду и обжаривают со всех сторон до готовности.

При отпуске на середину порционного блюда или тарелку кладут pассыпчатую рисовую кашу или припущенный рис, на нее — шашлык, сверху укладывают кольца жаренного во фритюре лука, поливают мясным •соком, отдельно подают соус "Южный", "Кетчуп".

**Шашлык по-кавказски**. Маринованные кусочки баранины надев на металлические шпажки, смазывают жиром и жарят над горящими , углями. В процессе жарки шпажки вращают, чтобы кусочки мяса прожарились равномерно. При отпуске готовый шашлык снимают со шпажки на порционное блюдо, рядом кладут зеленый лук, нарезанный брусочками, или репчатый лук — кольцами, свежие помидоры или огурцы дольку лимона. Отдельно подают соус "Южный", "Кетчуп" или ткемали и сушеный молотый барбарис.

**Жарка мяса панированными кусками**. Панированные куски мяса жарят чаще всего с небольшим количеством жира и иногда во фритюре.

Для жарки панированные куски мяса кладут на раскаленную с жиром сковороду или противень, жарят до образования румяной корочки с обеих сторон и доводят до готовности и жарочном шкафу. Готовность панированных изделий определяют по образованию на поверхности прозрачных пузырьков. Потери при жарке панированных изделий составляют 27%. При отпуске панированные изделия поливают растопленным маслом.

**Ромштекс**. Подготовленный полуфабрикат (см. с.) укладывают на разогретую с жиром сковороду, обжаривают с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир, рядом укладывают ромштекс, поливают его растопленным сливочным маслом. В качестве гарнира используют картофель жареный или фри, сложный гарнир, состоящий из 3—4 видов овощей, рассыпчатые каши.

Говядина 149, яйца 1/8 шт., сухари 15, жир животный топленый 10, гарнир 150, масло сливочное или маргарин 5. Выход: 246.

**Шницель.** Подготовленный полуфабрикат (см. с.) кладут на разогретую с жиром сковороду, обжаривают с двух сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир, рядом— шницель, поливают его растопленным маслом.

В качестве гарнира используют: картофель жареный, припущенные овощи, тушеную капусту, рассыпчатые каши, сложный гарнир. Шницель можно отпустить с каперсами и лимоном. В этом случае на порционное блюдо кладут картофель жареный, рядом—шницель, поливают его сливочным маслом, прогретым с лимонной цедрой (нарезанной соломкой и ошпаренной), сверху помещают отжатые от рассола каперсы и кружочек очищенного лимона.

Свинина 129 или телятина 167, или баранина 154, яйца 1/8 шт., сухари 15, жир животный топленый 10,гарнир 150, масло сливочное или маргарин столовый 5. Выход: 246.

**Котлеты отбивные из баранины, свинины или телятины.** Подготовленный полуфабрикат кладут на разогретую с жиром сковороду, жарят с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске в порционное блюдо кладут гарнир, рядом — котлеты, поливают их сливочным маслом, на косточку надевают папильотку. Гарнир используют такой же, как и к ромштексу.

**Грудинка баранья фри**. Грудинку баранины варят с добавлением кореньев, репчатого лука и специй. У вареной грудинки в горячем состоянии удаляют реберные кости, после этого кладут под пресс и охлаждают. Затем нарезают порционные куски по 1-2 шт. на порцию, посыпают их солью, перцем, панируют в молотых сухарях. Погружают в раскаленный фритюр, жарят до образования румяной корочки, затем прогревают в жарочном шкафу.

При отпуске па порционное блюдо или тарелку кладу букетами сложный гарнир или жареный картофель, рядом — грудинку, поливают сливочным маслом или отдельно в соуснике подают томатный соус.

ТУШЕНЫЕ МЯСНЫЕ БЛЮДА

Для приготовления в тушеном виде используют мясо крупными, порционными и мелкими кусками. Перед тушением мясо посыпают солью, перцем, обжаривают до образования поджаристой корочки. Затем кладут в глубокую посуду, заливают бульоном или водой так, чтобы порционные и мелкие куски были закрыты полностью, а крупные — наполовину. Для придания мясу вкуса и аромата при тушении кладут петрушку, сельдерей, морковь из расчета 100 г на 1 кг мяса, добавляют пряности и приправы — перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки, укропа, можно положить гвоздику, корицу, мускатный орех, тмин, кориандр, бадьян.

Тушат мясо в закрытой посуде при слабом кипении, так как при бурном кипении улетучиваются ароматические вещества и жидкость быстро выкипает. Пряности и зелень кладут за 15—20 мин до окончания тушения. Для размягчения соединительной ткани и придания мясу ocтpоты во время тушения добавляют томатное пюре, кислые соусы, маринованные ягоды и фрукты вместе с соком, квас. На бульоне, оставшемся после тушения, варят соус.

Тушеные мясные блюда приготавливают двумя способами:

1. Мясо тушат вместе с гарниром и вместе отпускают. При таком способе блюдо получается более ароматным и сочным. Особенно вкусным получается мясо, приготовленное в глиняных горшочках с плотно закрывающимися крышками. Однако мясо, тушенное вместе с гарниром, при массовом приготовлении трудно порционировать.

2. Мясо тушат без гарнира, который приготавливают отдельно.

**Мясо тушеное**. Для тушения крупными кусками используют боковую и наружную части задней ноги говяжьей туши, лопаточную часть бараньей, лопаточную часть и шею свиной туши. Мясо массой до 2 кг натирают солью, посыпают перцем, обжаривают до образования поджаристой корочки, укладывают в глубокую посуду, заливают наполовину бульоном или водой, добавляют пассированные морковь, лук, петрушку и томатное пюре, тушат в 'закрытой посуде при слабом кипении 1,5-2 ч;

За 15- 20 мин до окончания тушения кладут перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки и укропа, можно добавить корицу, мускатный орех, гвоздику. Готовое мясо вынимают, кладут па противень, поливают бульоном, в котором тушилось мясо, и ставят и жарочный шкаф для восстановления поджаристой корочки. Затем мясо охлаждают и нарезают на порции.

На оставшемся бульоне готовят красный соус. Для этого в бульон вливают разведенную красную пассировку, варят 25—30 мин и процеживают, протирая разварившиеся овощи. Нарезанное мясо заливают приготовленным соусом, прогревают и хранят до отпуска на мармите. При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир — картофель отварной, картофельное пюре, макароны, рассыпчатые каши, тушеную капусту, рядом — мясо; поливают соусом.

Говядина 170 или баранина 166, или свинина 129, морковь 10, репчачатый лук 7, петрушка 8 или сельдерей 9, жир животный топленый 7, томатное пюре 15, мука пшеничная 5, гарнир 150. Выход: 325.

**Мясо шпигованное**. Подготовленный полуфабрикат посыпают солью и перцем, обжаривают, а затем тушат так же, как мясо тушеное. Перед отпуском мясо нарезают на порции, а на оставшемся бульоне приготавливают соус. При отпуске на тарелку или порционное блюдо кладут гарнир — макароны, рассыпчатые каши, картофель отварной или жареный, рядом — нарезанное мясо, поливают его соусом, макароны можно посыпать тертым сыром (10 г на порцию).

**Говядина в кисло-сладком соусе**. Это блюдо приготавливают двумя способами. Первый способ. Мясо, нарезанное порционными кусками, посыпают солью, перцем, обжаривают с двух сторон до образования поджаристой корочки, кладут в сотейник, заливают горячим бульоном или водой, добавляют мелко нашинкованный пассированный репчатый лук, томатное пюре и тушат около 1 ч в закрытой посуде при слабом кипении. Затем кладут перец горошком, лавровый лист, уксус, измельченные ржаные сухари, сахар и продолжают тушить.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир — макароны отварные, рассыпчатые каши, картофель отварной или жареный, сложный гарнир, рядом — тушеное мясо; поливают соусом, в котором оно тушилось.

Второй способ. Мясо тушат крупными кусками, затем нарезают на порции. При отпуске на тарелку кладут гарнир, рядом — мясо; поливают его соусом красным кисло-сладким. Гарниры используют те же.

Говядина 170, жир животный топленый 7, лук репчатый и 24, томатное пюре 15, сахар 8, уксус 9%-пый 3, сухари ржаные 10, гарнир 150. Выход: 325.

Мясо духовое. Мясо, нарезанное порционными кусками, отбивают посыпают солью и перцем, обжаривают, затем укладывают в один ряд в посуду, заливают бульоном или водой, добавляют томатное пюре и тушат почти до полной готовности. После этого бульон сливают, вводят в него разведенную пассировку и варят соус. В посуду, где тушилось мясо, кладут обжаренный картофель, пассированные овощи (морковь, лук, петрушку), нарезанные дольками, перец горошком, лавровый лист. Заливают приготовленным соусом и тушат до готовности.

При отпуске в баранчик кладут мясо вместе с овощами, посыпают измельченной зеленью. В целях улучшения вкуса и аромата блюдо рекомендуется приготавливать в порционных горшочках, плотно закрытых крышкой.

Если блюдо приготавливают в большом количестве, то мясо тушат отдельно с добавлением бульона, томатного пюре, в конце тушения вводят разведенную пассировку, перец, лавровый лист. Овощи тушат отдельно с добавлением томатного пюре. Мясо отпускают с тушеными овощами, поливают соусом, в котором оно тушилось.

Говядина 170 или баранина 175, или свинина 147, жир животный топленый 12, картофель 193, репа 20, морковь 25, петрушка 13, лук репчатый 30, томатное пюре 15, мука пшеничная 3. Выход: 325.

**Зразы отбивные**. Подготовленные зразы посыпают солью, перцем, обжаривают, кладут в сотейник или на глубокий противень, заливают горячим бульоном или водой, добавляют томатное пюре и тушат около 1 ч. Затем зразы вынимают. Бульон процеживают, вводят в него разведенную красную пассировку, пассированные томатное пюре и oвощи (морковь, лук, петрушку), варят 15—20 мин и процеживают. Зразы заливают приготовленным красным соусом, добавляют перец горошком лавровый лист и тушат 30—35 мин при слабом кипении.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут гарнир — гречневую кашу, рассыпчатый рис или картофельное пюре, рядом — зразы по 2 шт. на порцию, поливают красным соусом.

**Жаркое по-домашнему**. У говядины используют боковую и наружную части, у свинины — лопаточную и шейную. Мясо нарезают по 2-куска массой 30—40 г на порцию и обжаривают. Репчатый лук нарезают дольками, пассируют. Картофель нарезают дольками, обжаривают.

Подготовленное мясо и овощи укладывают в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют пассированное томатное пюре, соль, перец, наливают бульон так, чтобы закрыть продукты, закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают в горшочках. Это блюдо можно приготовить без томатного пюре.

Говядина 162 или свинина 129, картофель 253, лук репчатый 30, жир животный топленый 12, томатное пюре 15. Выход: 325.

**Гуляш**. Мясо, нарезанное в виде кубиков по 20—30 г, кладут слоем 1-1,5 см на разогретую с жиром сковороду или противень, посыпают солью, перцем и обжаривают до образования поджаристой корочки. Обжаренное мясо перекладывают в глубокую посуду, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассированное томатное пюре и тушат 1-1,5 ч. Затем вводят разведенную красную пассировку, пассированный мелко нарезанный репчатый лук, перец горошком, лавровый лист и тушат при слабом кипении 25—30 мин до готовности. В гуляш можно добавить сметану, положить чеснок.

При отпуске в баранчик или на тарелку кладут гарнир, рядом — гуляш, посыпают измельченной зеленью. В качестве гарнира используют рассыпчатые каши, макароны отварные, клецки из манной крупы, картофель.

Говядина 162 или свинина 129, или баранина 150, жир животный топленый 7, лук репчатый 24, томатное пюре 15, мука пшеничная 5, гарнир 150. Выход: 325.

**Азу**. Мясо, нарезанное брусочками массой 10—15 г, кладут слоем 1— 1,5 см на хорошо нагретую сковороду с жиром или на противень, посыпают солью, перцем и обжаривают, периодически помешивая. Обжаренное мясо кладут в глубокую посуду, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассированное томатное пюре и тушат. Картофель нарезают дольками или брусочками, обжаривают, лук репчатый шинкуют соломкой, пассируют, соленые огурцы нарезают некрупными дольками или соломкой и припускают. В азу вводят разведенную красную пассировку, пассированный лук, картофель, соленые огурцы, перец горошком, лавровый лист и тушат 15—20 мин до готовности. Перед отпуском кладут мелко рубленый или растертый чеснок. Можно положить свежие помидоры, нарезанные дольками, их кладут вместе с картофелем.

При отпуске азу кладут в баранчик, посыпают зеленью петрушки или укропа. При массовом приготовлении картофель во время тушения не кладут, а используют жареный картофель в качестве гарнира при отпуске.

Говядина 162, жир животный топленый 12, томатное пюре 15, лук репчатый 30, мука пшеничная 5, огурцы соленые 50, картофель 193, чеснок 1,0. Выход: 325.

**Рагу из баранины или свинины**. Нарубленное на кусочки мясо массой 30-40 г кладут на хорошо разогретую с жиром сковороду или противень, посыпают солью, перцем и обжаривают. Затем складывают в глубокую посуду, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассированное томатное пюре и тушат 30-40 мин. Морковь, репу, репчатый лук, петрушку нарезают дольками или кубиками, пассируют. Картофель, нарезанный дольками или кубиками, обжаривают. В тушеное до полуготовности мясо вводят разведенную красную пассировку, кладут пассированные, морковь, петрушку, репу, лук, обжаренный картофель, перец горошком, лавровый лист и тушат до готовности. В готовое рагу можно положи вареный зеленый горошек. Помимо указанных овощей, в рагу можно добавить кабачки, баклажаны, помидоры, цветную капусту, стручки фасоли, сладкий перец.

При отпуске рагу кладут в баранчик или на тарелку, сверху посыпают измельченной зеленью петрушки или укропа. При массовом приготовлении обжаренное мясо заливают бульоном, добавляют томатное пюре, тушат 30—40 мин. Затем вводят разведенную красную пассировку, пассированные морковь, лук, петрушку, перец, лавровый лист и тушат до готовности. Гарнир готовят отдельно.

При отпуске в баранчик или на тарелку кладут гарнир, рядом — paгу вместе с соусом; посыпают измельченной зеленью.

**Плов**. Мясо, нарезанное кубиками по 20—30 г, посыпают солью, перцем, кладут на разогретый с жиром противень и быстро обжаривают. Перекладывают в глубокую посуду, заливают горячим бульоном или водой (жидкости заливают столько, сколько нужно для приготовление рассыпчатой каши), добавляют томатное пюре, пассированные морковь и лук, нарезанные соломкой, предварительно замоченную рисовую крупу, перец горошком, лавровый лист и тушат до полуготовности. После этого доводят до готовности в жарочном шкафу. Плов можно приготовить без томата, положив в него сухие кислые ягоды (черную смородину, барбарис). Готовый плов разрыхляют поварской вилкой.

При отпуске кладут в баранчик или на порционную сковороду, посыпают измельченной зеленью петрушки или укропа.

Баранина 150 или говядина 162, или свинина 129, крупа рисовая 67, маргарин 15, лук репчатый 18, морковь 19, томатное пюре 15. Выход: 275.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Сегодня мы с вами продолжили рассматривать данную тему, которую будем изучать в течение нескольких уроков, мы так же будем проводить практические работы по закреплению данной темы.

Что именно вам сегодня понравилось, запомнилось, что вызвало затруднение, что нового вы узнали, где можно применить знания, которые вы получили, чтобы вы хотели узнать еще по этой теме.

Сегодня все работали хорошо, молодцы.

Всем спасибо за урок, до свидания.