

Л.А. Маслов

Кулинария

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 030
ББК 92
Л11

Л11 **Л.А. Маслов**
Кулинария / Л.А. Маслов – М.: Книга по Требованию, 2023. – 296 с.

ISBN 978-5-458-58879-9

Совершенно шикарная книга! По сути, это советский учебник для тех, кто осваивает профессию повара. А шикарность этой книги в том, что подробнейшим образом изложены многие вопросы, начиная с самых простейших (как чистить, нарезать, разделывать мясо, птицу, рыбу и т.п.), а ведь в современных книгах им внимания уделяется очень мало. Естественно подробно рассмотрены вопросы приготовления распространенных блюд.

ISBN 978-5-458-58879-9

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2023
© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2023

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первоизданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.

Для того, чтобы иметь возможность удовлетворять растущие Потребности населения, повара должны овладеть искусством приготовления вкусной и питательной пищи — кулинарией.

Кулинария изучает рациональные способы и приемы приготовления различных блюд и ставит своей целью готовить не только вкусную, но и здоровую пищу, т. е. такую пищу, в которой сохраняются все необходимые для организма питательные вещества.

Кулинария тесно связана со многими другими дисциплинами — товароведением, физиологией питания, санитарией и гигиеной, оборудованием предприятий общественного питания.

» Товароведение дает основные сведения о сырье, химическом составе продуктов, их калорийности и пищевой ценности. Все эти данные необходимы для правильного понимания кулинарных процессов.

Научно обоснованное приготовление пищи невозможно без знания физиологии питания. Эта дисциплина помогает строить меню и готовить пищу в зависимости от состояния здоровья человека и характера его работы.

Санитария и гигиена учат, в каких условиях надо готовить пищу, чтобы она способствовала укреплению здоровья человека,

В предприятиях общественного питания имеются различные механизмы, которые облегчают труд поваров. Большое применение нашли машины для очистки и обработки овощей, мяса, рыбы, мытья посуды и др. Следовательно, кулинария тесно связана с вопросами оборудования предприятий общественного питания.

Столовые, рестораны, кафе и закусочные получают пищевые продукты в большом количестве и в разнообразном ассортименте. Неумелое хранение продуктов, неправильная их кулинарная обработка может привести к снижению качества пищи, а иногда и к ее порче. Так, например, если нагревать в открытой посуде продукты, содержащие витамин С, и часто их перемешивать, то это может привести к почти полному разрушению витамина. Для варки яиц вкрутую установлено определенное время: если варить их свыше этого времени, то белок яйца изменится и его усвояемость резко снизится. Таких примеров можно привести много.

Следовательно, научиться правильно готовить пищу — важнейшая задача повара. Кулинарная обработка продуктов при приготовлении блюд складывается из целого ряда последовательных операций, называемых в совокупности технологическим процессом.

Этот процесс состоит в основном из двух стадий — первичной обработки продуктов и тепловой их обработки.

В первой стадии сырье проходит в различных сочетаниях и последовательности сортировку, мойку, очистку, разделку, разрубку, резку и т. п.

Во второй стадии подготовленное сырье подвергается разным видам тепловой обработки — варке, жарке, припусканию', тушению и запеканию.

Правильное ведение технологического процесса приготовления пищи требует от повара теоретических знаний и практического навыка. Только при этих условиях можно добиться приготовления высококачественных блюд, обладающих хорошим вкусом, питательностью и привлекательным внешним видом.

Нормы закладки продуктов указаны в весе брутто по 2-й колонке «Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» Министерства торговли СССР (Госторгиздат, 1955 год). Приведены нормы с целью ориентировать преподавателей и учащихся в количестве продуктов, необходимых для приготовления блюд в ассортименте, указанном в учебнике.

Отзывы и пожелания направлять по адресу: Москва, ул. Ра-зина, 26, Госторгиздат.

РАЗДЕЛ ПЕРВЫЙ

ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА СЫРЬЯ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПОЛУФАБРИКАТОВ

ГЛАВА I

ОВОЩИ И ГРИБЫ

Овощи и грибы, поступающие в заготовочный цех, сортируют, моют, очищают и измельчают (нарезают). В зависимости от дальнейшего использования овощи подвергаются этим операциям полностью или частично.

СОРТИРОВКА, МОЙКА, ОЧИСТКА ОВОЩЕЙ

Картофель. Сортируют картофель в сортировочных машинах или вручную.

При сортировке удаляют механически поврежденные и загнившие экземпляры, а также посторонние примеси; отделяют проросший картофель, содержащий большое количество соланина¹.



Рис. 1. Желобковый нож для очистки картофеля и корнеплодов

отбирают картофель по величине для более рационального его использования и уменьшения отходов при машинной очистке.

Моют отсортированный картофель в моечных машинах, картофелечистках, приспособленных для мойки, в ваннах и бочках. Вымытый картофель при машинной очистке не так быстро изнашивает (стачивает) шероховатую поверхность облицовки картофелечистки. Кроме того, крахмал из очистков вымытого картофеля получается более высокого качества. Вымытый картофель можно варить или запекать в кожице.

Очищают картофель в картофелечистках или вручную желобковыми ножами (рис. 1). Лезвие таких ножей имеет особое устрой

¹ Соланин — ядовитое вещество, находящееся в глазках картофеля. Особенно много соланина в проросшем картофеле. Проросший картофель необходимо варить только очищенным и в большом количестве воды: под действием тепла соланин переходит в воду и разрушается.

ство, поэтому толщина среза не превышает 1 мм. При очистке картофеля желобковым ножом получается меньше отходов, чем при очистке его обыкновенным ножом.

При очистке в машине партию картофеля, отсортированного по размерам и вымытого, засыпают в загрузочное отверстие пущенной в ход картофелечистки, продолжительность очистки — 1 V%—2% минуты. Картофель, засыпанный в машину, очищается при трении опшероватую поверхность стенок и вращающегося диска, который расположен на дне машины. После очистки, не останавливая машины, открывают дверцу люк, и картофель под действием вращающегося диска автоматически выбрасывается в подставленную тару. Для уменьшения отходов при очистке картофеля в машине необходимо строго соблюдать продолжительность очистки, а также следить за тем, чтобы терочная поверхность картофелечистки не была изношенной.

Отходы стандартного картофеля, отсортированного по размерам при очистке в машине (при правильной ее эксплуатации), составляют 10—15% и при доочистке глазков 10—15%; при очистке картофеля вручную ножом отходы составляют 25—30%, при этом одновременно очищают кожицу и удаляют глазки.

Земляная груша. Земляную грушу сортируют, промывают и очищают.

Морковь, петрушка, сельдерей, свекла. У корнеплодов, если они с "ботвой", отрезают зелень, затем сортируют по размерам, удаляя при этом механически поврежденные, загнившие экземпляры и посторонние примеси. После этого корнеплоды моют так же, как и картофель. Вымытую морковь и свеклу можно передать в тепловую обработку, не очищая. Сырую свеклу, морковь очищают в картофелечистках или вручную ножом. Длинную тонкую морковь, а также сельдерей и петрушку очищают вручную, так как при машинной очистке они ломаются. Свеклу очищают в картофелечистке в течение 2%—334 минут: кожица у нее толще, чем у картофеля и моркови.

Белокочанная и краснокочанная капуста. Кочан после снятия верхних загрязненных листьев моют под краном или в посуде с холодной водой, разрезают на две — четыре чавги и вырезают кочерыжку. При обнаружении в капусте гусениц ее кладут в холодную посоленную воду (50—60 г соли на 1 л воды), отчего гусеницы выползают из внутренних слоев капусты и всплывают на поверхность. После этого капусту вновь хорошо промывают. Капуста, сильно зараженная гусеницами, бракуется.

У белокочанной капусты, предназначенной для приготовления голубцов, после зачистки вырезают кочерыжку так, чтобы кочан остался целым (рис. 2). Затем кочан промывают, погружают в кипящую посоленную воду и проваривают примерно 12—15 минут до полуготовности.

ранняя белокочанная капуста, как правило, используется для салатов, винегретов, а поздняя — для тушения, для голубцов и т. д.

Цветная капуста. У кочанов отрезают зеленые листья и кочерыжку на 1 см ниже начала разветвления соцветий. Загрязненные участки соскабливают ножом или теркой и промывают. Кочаны капусты с сильно загрязненными или поврежденными соцветиями можно разделить на отдельные соцветия (кочешки).

Зараженную гусеницами цветную капусту (зачищенные целые кочаны или отдельные соцветия) погружают в холодную посоленную воду, чтобы гусеницы всплыли на поверхность, после чего капусту хорошо промывают.

Репчатый лук. После отрезания донца и завязи луковицу очищают от сухих листьев и промывают в холодной воде.

Чеснок. Головку чеснока очищают так же, как репчатый лук. Затем ее разделяют на дольки (зубки), с которых снимают сухие листья (оболочку).

Тыква, кабачки, баклажаны. Эти овощи моют, срезают с них ростки и тонкий слой кожицы. У молодых кабачков и баклажанов

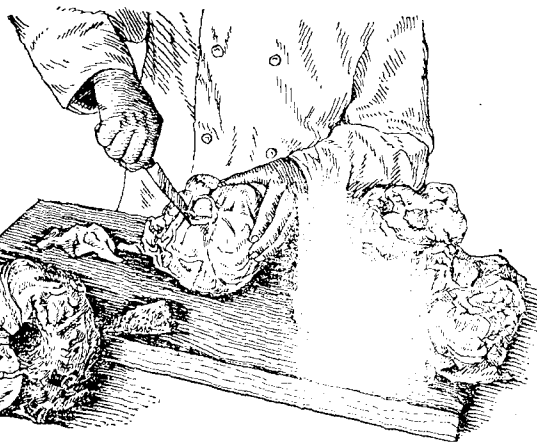


Рис. 2. Подготовка капусты для голубцов

срезают только плодоножку. Тыкву и крупные кабачки разрезают на части и удаляют ножом семена. Баклажаны и кабачки, предназначенные для фарширования, нарезают поперек на куски цилиндрической формы (рис. 3), после чего удаляют семена металлической ложкой.

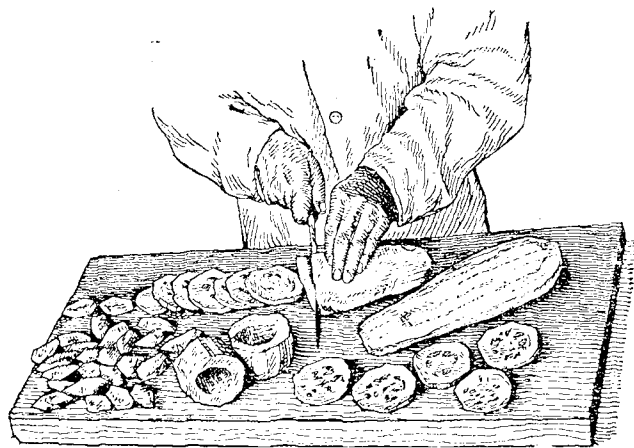


Рис. 3. Подготовка кабачков для фарширования

Перец стручковый сладкий. Перец разрезают вдоль на две части, удаляют семенную мякоть и семена, после чего тщательно про-

мывают. У перца, предназначенного для фарширования, надрезают кожицу вокруг стебля и удаляют стебель вместе с сердцевинкой и семенами, затем перец хорошо промывают, чтобы полностью очи-

стить от семян. Перед фаршированием его погружают на 1—2 минуты в кипящую воду.

Помидоры (томаты). Помидоры сортируют, отделяя испорченные и перезрелые. У помидоров, предназначенных для фарширования, вырезают верхнюю часть с плодоножкой и мякотью изнутри примерно на глубину одной трети, а из оставшейся части удаляют семена.

Спаржа. Спаржу промывают, срезают кожицу, отступя от верхней части на 2—3 см, так, чтобы не повредить головку, сортируют по величине и вторично промывают в холодной воде. Очистки спаржи используют при изготовлении бульонов для придания им аромата, а обрезки — для гарнира. Спаржу, предназначенную для отваривания, подбирают одинаковой толщины и связывают в пучки ниткой, чтобы она не поломалась.

Огурцы свежие. Огурцы моют и сортируют по размерам. У свежих грядковых огурцов срезают кожицу, а у парниковых, предназначенных для подачи в целом виде и украшения холодных блюд, срезают кожицу только с концов.

Зеленые стручки фасоли, гороха. При очистке удаляют жилки, соединяющие половинки стручка, для этого надламывают концы стручка. Очищенные овощи моют. При изготовлении блюд стручки гороха, как правило, используются в целом виде, а фасоли — нарезанными.

Хрен. С корня очищают кожицу и промывают. Чтобы облегчить измельчение корней хрена теркой, его рекомендуется замачивать.

Зеленый салат, шпинат, крапива. У зелени отрезают корни и разделяют на отдельные листья, удаляя грубые, пожелтевшие и испорченные, затем хорошо промывают. Крапива используется только молодая с лиловой окраской стебля.

Щавель. Зелень перебирают, удаляя испорченные и пожелтевшие листья, отрезают стебель и тщательно промывают. Для приготовления шпоре листья используются вместе со стеблем.

Зелень петрушки и укропа. Зелень отделяют от стеблей и тщательно промывают. Хорошо промытые стебли можно использовать при варке бульонов и соусов.

Квашеная капуста. Капусту перебирают и отжимают от рассола. Если капуста очень кислая, ее промывают в холодной воде. Промывать квашеную капусту в теплой воде нельзя, так как вместе с кислотой из капусты в воду переходит большое количество растворимых питательных и вкусовых веществ.

Соление огурцы. У соленых огурцов срезают кожицу и удаляют семена. Средние и мелкие огурцы с нежной кожицей для некоторых блюд могут не очищаться.

Подготовленные огурцы, в зависимости от дальнейшего использования, подвергают различным видам резки. Маринованные огурцы используют в целом виде или нарезанными.

Ниже приведены нормы отходов овощей при холодной (первичной) обработке (в % к брутто)¹.

Картофель молодой до 1 сентября	15	Капуста брюссельская обрезная	35
Картофель с 1 сентября до 1 января	25	Капуста брюссельская на стебле	75
Картофель с 1 января	40	Капуста цветная 2-го сорта	45
Картофель, предварительно сваренный, а затем очищенный, до 1 января	3 ¹ + 25	Щавель	24
Картофель, предварительно сваренный, а затем очищенный, с 1 января	3 ¹ + 40	Шпинат	25
Земляная груша	30	Салат латук, ромен, кресс	28
Морковь до 1 января	20	Зелень петрушки и укроп	26
» с 1 января	25	» сельдерея	16
Свекла до 1 января	20	» эстрагона	65
» с 1 января	25	Огурцы свежие неочищенные	5
Петрушка (корень)	25	» » очищенные	20
Сельдерей (корень)	32	» солёные неочищенные	10
Лук репчатый	16	» » очищенные	20
» зеленый	20	» » вареные очищенные, нарезанные дольками без сердцевин (для солянок)	40
» порей	24	Огурцы маринованные (в стеклотаре)	45
Чеснок	22	Фасоль стручковая свежая	10
Хрен	36	» » консервированная	40
Капуста белокочанная	20	Кабачки без семян и кожи	33
» » шинкованная, стертая с солью (для салатов)	20 + 37 ²	Баклажаны (очищенные)	5
Капуста белокочанная квашеная	30	Перец сырой, подготовленный для фарширования	25
Капуста краснокочанная, стертая с солью (для салатов)	15 + 37 ³	Спаржа	27
		Редька	30
		Каперсы консервированные	50 ³
		Оливки »	33

¹ 3% — потери при варке картофеля в кожуре.

² 37% составляют сок, отжимаемый после стирания капусты с солью,

³ Отходы на рассол.

НАРЕЗКА ОВОЩЕЙ

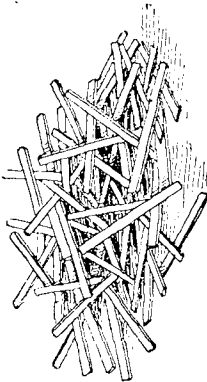
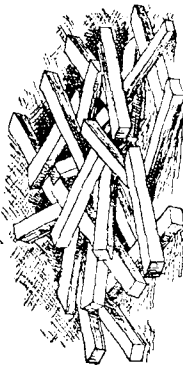
После очистки и промывания овощи нарезают. Однородные овощи, одинаково нарезанные по величине и форме, при тепловой обработке достигают готовности одновременно и придают блюдам красивый вид. Резка может быть простой и фигурной, овощи также можно рубить и строгать. Кроме того, овощи могут обтачиваться ножом, нарезаться выемкой².

Простая резка. Нарезают овощи машиной или вручную средними и маленькими ножами (из поварской тройки). Наиболее распространенными формами резки являются: соломка, брусочки, кубики, кружочки, ломтики, дольки, квадратики, кольца и полукольца.

¹ По данным Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий. ¹

² Размеры нарезки овощей для кулинарного использования приведены в табл. 1.

Таблица 1

Форма резки	Наименование овощей	Размеры	Кулинарное использование
С о л о м к а 	Картофель	Квадратное сечение 0,2 × 0,2 см; длина 4—5 см	Для жарки во фритюре на гарнир к панированным котлетам из кур, котлетам по-киевски, шницелю из кур, филе, бифштексам
	Морковь, петрушка, сельдерей, свекла, репчатый лук	Квадратное сечение 0,2 × 0,2 см; длина 4—5 см	Для борщей (кроме флотского), щей из свежей и квашеной капусты, рассольников, супов из овощей, супов с макаронными изделиями, свекольника, маринада
	Белокочанная капуста	Квадратное сечение 0,2 × 0,2 см; длина 4—5 см	Для борщей (кроме флотского), щей из свежей и квашеной капусты, рассольника, капусты тушеной
Б р у с о ч к и 	Краснокочанная капуста	То же	На гарнир к холодным и горячим блюдам и для салата
	Картофель	Квадратное сечение от 0,7 × 0,7 до 1,0 × 1,0 см; длина 3,5—4 см	Для жарки во фритюре на гарнир к филе, бифштексам, антрекоту, рыбе фри, судаку жареному с зеленым маслом, рыбе жаренной грилье, а также для рассольника домашнего
	Морковь, петрушка, сельдерей	Квадратное сечение 0,4 × 0,4 см; длина 2,5—3,5 см	Для бульона с овощами

Продолжение

Наименование овощей	Размеры	Кулинарное использование
Картофель	Величина ребра 1,0—2,5 см	Для супов: картофельного супа, крестьянского, борща флотского, овощной окрошки; для картофеля в молоке, и на гарнир к горячим блюдам; для азу
Морковь, петрушка, сельдерей, репчатый лук	Величина ребра 0,3—0,75 см	Для щей суповых, щей из крапивы, супов из круп и бобовых; для варки на гарнир к холодным и горячим блюдам
Зелень петрушки и укроп, капуста белокочанная	0,1—0,2 × 0,1—0,2 см; величина ребра 0,2—0,3 см	Для посыпки при отпуске первых и вторых блюд; для щей суповых
Картофель	Диаметр 2—3 см; толщина 0,2—0,3 см	Нарезают сырой или предварительно отваренный в кожуре картофель. Используется на гарнир к запеченной рыбе в сметане, рыбе по-московски, рыбе по-русски
Морковь, петрушка, сельдерей	Диаметр 2—2,5 см; толщина 0,1—0,3 см	Для супа крестьянского
Картофель	Размеры 2,5—3,0 см; толщина 0,3—0,5 см	Сырой и вареный картофель используется для жарки основным способом на гарнир к жареным блюдам из мяса и рыбы; вареный — на гарнир к запеченной говядине

Форма резки

К у б и к и



К р у ж о ч к и



Л о м т и к и



Продолжение

Форма резки	Наименование овощей	Размеры	Кулинарное использование
Дольки	Морковь, свекла	Размеры 2—2,5 см; толщина 0,2—0,3 см	Сырые корнеплоды используются для борща флотского; вареные — для винегретов и салатов
	Картофель	Разные размеры, но не более 5,0 см	Сырой картофель используется для рассольников; обжаренный на сковороде — для рагу и духовой говядины
Квадратики (шашки)	Морковь, петрушка, сельдерей, репчатый лук	Разные размеры, но не более 3,5 см	Для щей из свежей капусты, рагу, духовой говядины, почек по-русски
	Белокочанная капуста	Размеры 3,0—3,5 см	Для борща флотского, щей из свежей капусты, супа крестьянского

